

Tosimies

Kristillinen miestenlehti

3/18 6,00 €

6 Lukijamatka Auschwitziin

14 Jerusalem Foundation

30 Joka neljäs kristitty kokee vainoa Aasiassa

► KUSTANTAJA

Faktapro Oy
Jänismäki 1 A
02940 Espoo
puh. (09) 54 79 74 10
info@faktapro.fi

► TOIMITUS

Jänismäki 1 A
02940 Espoo
puh. (09) 54 79 74 10w
toimitus@tosimies-lehti.fi

► PÄÄTOIMITTAJA

Kimmo Janas
puh. 050 912 7332
kimmo.janas@tosimies-lehti.fi

► ISSN 1458-3224

► KUVANKÄSITTELY

Faktapro Oy/Petri Janas

► PAINO

Oy Arkmedia Ab
PL 180
65101 Vaasa

► ILMOITUSHINNAT 2018

(+ alv 24%)

	mv	2-väri	4-väri
1/1	1.150 €	1.350 €	1.600 €
1/2	670 €	850 €	1.000 €
1/4	400 €	500 €	570 €
1/8	240 €	270 €	350 €

► TILAUKSET

Kestotilaus: 35 € (6 numeroa/vsk)
Määräaikaistilaus: 40 € (12 kk)
tilausmaksut sis. alv 10 %
tilaukset@tosimies-lehti.fi
www.tosimies-lehti.fi
puh. (09) 54 79 74 10



► KANSI

Auschwitzin keskitysleiri sai lukijamatka-
laiset hiljaisiksi. © Kimmo Janas

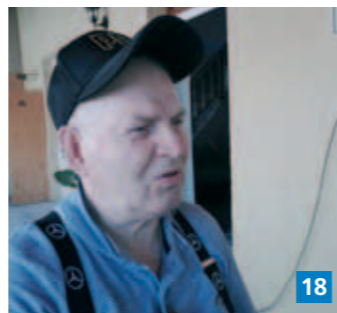
- 3 Pääkirjoitus
- 4 ... tulee, oletko valmis? osa 3
- 6 Lukijamatka Auschwitziin
- 12 Sinua siunaten
- 14 Jerusalem Foundation
- 17 Miestenleiri Bergvikissä
- 18 Ale ja Anneli Lindgren
– Jumalan elovainioiden kutsu
- 20 SkyMissio ry:n avustusmatka
- 22 DVD-elokuvia
• the Killing of a Sacred Deer
• Wind River
- 24 Tuetaanko verovarvoillamme terrorismia?
- 27 Pohojamaan kautta...
Maallinen läpikulukumatka
- 28 Musiikkimiehiä
- 29 ICEJ News
- 30 World Watch List 2018:
Joka neljäs kristitty kokee Aasiassa
vakavaa vainoa
- 32 Tosimies lukee
• Risto Huvila: Israelin ihme ja presidentti Truman
• Michael Kerrigan: Hitler – tie diktaattoriksi
• Pia Rendic: Voihan porno!
Aikuisviihteen vaietut vaikutukset
• Raimo Siltanen: Tarinoita Virosta
• Chaelotte Rørth: Tapasin Jeesuksen
Kriittinen toimittaja selittämättömän äärellä
- 34 Masennuksen syyt ja hoito
Aku Kopakkalan mukaan
- 36 Lyhyestä virsi kaunis
- 38 Seat Arona – pirteä pikku-SUV



▲ Lehden toukokuinen lukijamatka
suuntautui Krakovaan, jossa tutustuttiin
mm. Auschwitzin keskitysleiriin.



▲ Viestijien todistuspuheenvuoron
käyttää tällä kertaa Jarmo Ojanperä.



▲ Ale Lindgren sai unessa kutsun Juma-
lan elovainioille. Tänään hän peräänkuu-
luttaa lisää lähtijöitä.



▲ NGO Monitorin Euroopan osaston
johtaja Shaun Sacks vieraili keväällä
maassamme.



▲ Isojen citymaasturien imussa on
markkinoille ilmestynyt pienempiäkin
maastureita.

Valeuutisten helinää...

Nykyään kun lukee valtamedioita, saa maailman menosta kovin yksipuolisen – ja usein jopa valheellisen – kuvan.

Otetaanpa nyt esimerkiksi vaikka Gazan rajatapahtumien uutisointi.

Kuluvan vuoden maaliskuun lopulta alkaen toteutettu ”Suuri Paluumarssi” saavutti huippunsa 14.5. eli samana päivänä, kun USA siirsi Israelin suurlähetystönsä Tel Avivista Jerusalemiin.

Kymmenet tuhannet viikoittain Gazan rajalle kokoontuneet palestiinalaiset eivät suinkaan ole ilmaisseet mieltään rauhanomaisesti vaan renkaiden poltosta aiheutuneen savuverhon turvin on pyritty rikkomaan raja-aitaa ja lingottu kiviä sekä palopommeja Israelin puolelle.

Toukokuussa maailman lehdet uutisoivat, kuinka 8-kuukautinen palestiinalaisvauva, Layla Ghandour oli kuollut hengitettynään israelilaisten levittämää kyynelkaasua. Ja seuraavaksi lyötiin Israelia oikein olan takaa ja kauhisteltiin sen hirmutekoja.

Nyt on 20-vuotiaan terroristinalun kuulusteluissa selvinnyt, että Layle kuolikin verisairauteen, samaan tautiin, mihin tytön veli oli kuollut viime vuonna. Ja mikä mielenkiintoisinta, kuulusteltava oli kertonut Hamasin maksaneen tytön äidille NIS 8000 eli noin 1900 euroa siitä, että tämä oli syyttänyt israelilaisten kyynelkaasua tyttärensä kuolemasta.

Mutta onko maailman lehdistö kertonut tästä käänteestä? No ei tietenkään. Lukijoiden käsityksethän Israelista saataisivat jopa muuttua, jos kerrottaisiin totuus...

Keimmo Jää

...TULEE, OLETKO VALMIS?

Jukka Nieminen

Tämän lehden edellisissä numeroissa käsitelimme hieman erilaisia nyky-yhteiskunnan uhkakuvia ja niihin suhtautumista. Tässä artikkelisarjan viimeisessä osassa pohditaan hieman, millainen olisi tosimitiehen hyvä kotivara, oli se sitten valtion suosituksen mukainen muutaman päivän kaapin perä tai naapureitakin tarvittaessa auttava, hyvin hoidettu valmiuskeittiö.

Suomalaisten suhtautumisen valmiuteen on pitkään ollut aikamoinen tabu. Muiden kanssa juttelusta yleensä oppii kaikki osallistujat eikä kaikkien tarvitse opetella samojen virheiden kautta. Yleisin virhe on varastoida erillinen varasto, joka sitten aikaa myöten pilaantuu ja raha menee hukkaan.

Oleellista kotivarassa on sen sujuva ja joustava kierrätys. Mitään ei kannata ostaa kaappiin seisomaan loputtomiin, vaan tärkeintä on oppia käyttämään kaikkea koko ajan, ettei mikään vanhene.

Lähdetään matematiikasta

Ihminen syö noin kilon ja juo 1-2 litraa päivässä. Siis, vuodessa menee henkilön koosta riippuen noin 350kg elintarvikkeita. Tilas-

► Kuorin omenakerukoita kuivaukseen käteväällä parin kymmen härvelillä. Laite kuorii, viipaloi ja poistaa siemenkodon muutamalla veivin pyöräytyksellä. Olson myy laitetta. Veitsi kuvassa on hämäystä.

tojen mukaan se jakaantuu kuta kuinkin niin, että kolmasosa on viljatuotteita, kolmasosa juureksia ja hedelmiä ja kolmasosa muuta, eli lihaa, kalaa, muniä ja muotivillitysten perusteella jatkossa kai jonkin sortin korpakuoriaisiaikin.

Nyt sitten olisi hyvä pohtia mihin sitä itse kukin varautuu. Jos varaudut parin päivän lumi-myrskyyn, niin ennen kauppaan lähtöä kaapissa pitäisi olla elintarvikkeita jäljellä 2 kg x perheen henkilöluku. Siis, silloin kun olet lähdössä kauppaan, ei silloin kun tulet sieltä kassit täynnä.

Jos haluat varautua vuoden eristyksissä oloon esimerkiksi vakavan epidemiavaaran takia, niin laskutoimitus menee 350 kg x perheen henkilöluku. Nyt ollaan jo isojen asioiden äärelä, mutta kaikki on suhteellista. Kerrostalossa tuollaista määrää yhdellekin ihmiselle voi olla vaikea varastoida, maanviljelijän mittayksikkö varastoinneissa on taas helposti tonni, eli varastot ovat suuria, mutta vain harvoja tuotteita. Monipuolisia maataloja ei enää tahdo olla.

Oleellista olisi ensin ymmärtää mitä perhe normaalisti kuluttaa, koska kotivara pitää olla sitä mitä syödään, ei sitä mikä säilyy pitkään, mutta mitä kukaan ei halua syödä. Parin viikon seuranta tai peräti kirjanpito

auttaa alkuun, jos kulutuksen hahmotus on muuten vaikeaa. Toinen hyvä konsti on ostaa kaikkea kaupasta hieman normaalia enemmän ja seuraavalla kerralla taas hieman lisää, jotta varasto kasvaa, mutta varmasti oppii oikeasti kierrättämään kaapin sisältöä. Itselläni meni aikoinaan useampi kuukausi, että sain kaiken kiertämään niin, ettei päiväyksistä tarvinnut enää paljoa välittää. Nyt siihen ei enää tarvitse kiinnittää mitään huomiota, tottumus on paras oppi.

Kaikkiaan, oleellisin asia on ymmärtää, että uudet tuotteet asetellaan kaapin perälle ja vanhemmat edestä käytetään pois. Näin varasto kiertää hyvin eikä mitään mene hukkaan.

Kaikkiaan on tuki huomioitava mahdolliset sähkökatkot. Pakastin on huonoin kriisivarasto, kuivatut tuotteet paras. Itse kuivaan jopa omenasiivuja, kun en muuten saa kotimaisia omenoita säilymään kevääseen.

Helppoja kotivaratuotteita, huomioiden perheen allergiat, makutottumukset ja ties mitkä vaatimukset, ovat esimerkiksi pastat, herneet, riisit, kuivat leivät jne...riippuen siitä mitä perhe normaalisti käyttää. Kai sitä voi osa kotivarasta olla vähän harvinaisempiakin tuotteita, eikä kukaan poikkeavaan tilanteeseen sovi vähän poikkeava ruokava-

liokin. Kaiken lisäksi nälkä on ylivoimaisesti paras mauste. Nälkäisille kelpaa vähän vaatimattomampikin stroganoff.

Hinnasta ei ole syytä marista. Makaronia saa tarjouksesta alle euron kilo, eikä kovin ihmeellistä ole riisinkään hinta. Viljaa saa tonnin reilusti alle 200 eurolla. Tahdosta tämä on kiinni, ei rahasta.

Vanhan liiton tosimities

Jos mieleen tulee valmistautua todella koviin kriiseihin, tai jos on sellaisessa asemassa, että pystyy huolehtimaan suuremmastakin joukosta ihmisiä, suosittelen leipomisharrastusta käyttäen omaa kotimyllyä. Euroopassa erittäin yleinen kotijauhanta ei ole vielä levinnyt laajasti Suomeen, mutta kokemuksen mukaan kotijauhanta yleistyy taas kasvavalla tahdilla myös Suomessa.

Luentoani varten hankkimaani jauhomylly maksoi itsensä muutamassa kuukaudessa, koska ostamani luomuvilja oli niin halpaa. Keksit, kakut, pullat, leivät, puurot, kaikki tulivat varsin edulliseksi, kun pääsi vauhtiin. Tonni viljaa ei paljon maksa.

Viljan hankkiminen on tuki muutenkin viisasta, jos leipoo itse. Vilja säilyy syömäkelpoisena vuosikymmeniä, jauhot

osa 3

muutamia kuukausia. Pitkään seisonut kaupan jauho on aika tavalla pelkkää ruunkuvausmassaa, terveysvaikutuksista ei voi paljon puhua, toisin on juuri jauhetut kokojuväjauhot.

Tosimities, pohdi itselle sopiva kotivara. Tarkkoja ohjeita ei tähän kannata kirjoittaa koska jokainen perhe on erilainen. On aivan eri asia asua monipuolista maatilaa kuin kuudennen kerroksen kaksiota. Nuoripari viihtyy viikon vaikka sängyssä, mutta suurperhe tarvitsee muutakin kuin aamupuuron, ihan joka päivä.

Yleisohjeena voi kuitenkin todeta, että nykyaikana asiaa kannattaa rauhasa pohtia, ja pohdinnan jälkeen tehdä harkittuja toimenpiteitä.

Pitä kotona:

- aina hieman käteistä. Laajojen sähkökatkojen aikana automaattit eivät toimi
 - tärkeät asiakirjat helposti saatavilla, Suomessakin on ajoittain evakuoitu ihmisiä
 - lääkkeitä sopivasti, Suomen lääkehuolto on kokonaan tuonnin varassa
 - vaippoja, mausteita ja muutenkin helposti unohtuvia pikukujuttuja
 - vettä, vesi on kriittisin asia, lisänä muuta perheelle sopivaa juotavaa.
- Omasta kokemuksestakin tiedän, ihan viidakossa asumisesta asti, ettei mitään hetkessä opi. Jos tämä juttu oli ns. nevo hööd eli täysin vierasta, niin tunnelmaan pääset, kun ihan tarkoituksella joskus pimeään aikaan katkaiset talon pääkatkaisijasta sähköt ja odotat, mistä se elämä



► Luentovälineitäni. Suomalainen Joosef-mylly on käsiikäyttöinen. Öljypuristin on brittiläinen. Jodi-purkki on mukana varoituksena; jodia saa ottaa vain viranomaisen käskystä.

► Kotioloissa käytän Finngermanin jauhomyllyä. Varastossa on tonni luomuviljoja. Vilja on halpaa ja säilyy hyvin vuosikausia, jopa kymmeniä.



ensimmäisenä tihkaisee.

Jos itsetunto on kovasti korkealla, niin sulje vedenkin tulo. Eiköhän siinä hetkeksi ole askaretta ja pohdittavaa pontevammallekin tosimitiehelle. Nimittäin hoitaa homma niin, ettei lapset itke ja vaimo pakkaa.

Miten oman kotivaran järjestätään, niin panosta helppouteen, säilyvyyteen ja kiertoon.

Aiheeseen liittyviä hyviä nettisivuja:

- huoltovarmuuskeskus.fi (valtion varautumistoiminta)
- defmin.fi (sähkökatkot, "pahasti poikki")
- martat.fi (kotivara ja reseptit)
- finngerman.fi (sähköiset myllyt)
- myllyt.fi (kotimaiset Joosef-myllyt)

Kirjoittaja on taustaltaan ilmailun ammattilainen. Hän on myös työskennellyt neljä vuotta keuhkomaassa, keskellä viidakkoa, ja viimeiset viisi vuotta kriisialueella. Suomessa käydessä kirjoittaja luennoin aiheesta hyväntekeväisyysjärjestön hyväksi. Yhteyden saa lehden toimituksen kautta.





Lukijamatka Auschwitziin

Kimmo Janas

Tosimies- ja Jedidut -lehtien yhteinen lukijamatka suuntautui 25.-29.5. Puolaan, Krakovaan.

Matkaan osallistui 30 henkeä eri puolilta Suomea, yhteisenä tekijänä kiinnostus juutalaiskansan vaiheista. Matkatoimisto Caleb Toursin edustajana joukkoa veti Jouko Pursiainen apunaan matkanjohtajat Kimmo Janas ja Risto Huvila.

Lukijamatkalaisten päätustumiskohteita olivat Auschwitz I -keskitysleiri sekä Auschwitz II Birkenau -tuhoamisleiri Krakovan lähistöllä.

Vuonna 1947 perustetun museon ja muistopaikan erityisluonne johtuu siitä, että se oli suurin juutalaisten kansanmurhaan eli holokaustiin liittynyt leiri ja ainoa, joka on säilynyt lähes alkuperäisessä asussaan.

Holokausti

Kun vuonna 1941 näytti siltä, että Eurooppa oli päätymässä lopullisesti Saksan valtaan,



Vuonna 1940 perustettu Auschwitz I koostui alunperin 20 Puolan armeijan vanhasta tiiliparakista. Myöhemmin leirille rakennettiin vankityövoimalla vielä 8 uutta parakkia.

Kolmannen valtakunnan johto päätti "juutalaiskysymyksen lopullisesta ratkaisusta".

Tuhottavaksi määrättiin kaikki juutalaiset ikään, sukupuoleen tai maailmankatsomukseen katsomatta. Rasistisen tuhoamispolitiikan keinoja olivat nälkään näännyttäminen ghetooissa, joukkoteloitukset ja lopulta massatu-

Junat toivat Auschwitziin kotoaan karkotettuja, lähinnä juutalaisia, monista Euroopan maista.

Auschwitz I:ssä sijaisivat SS:n komentajan toimisto ja työvoimaosaston keskuksimistot.

hoaminen tuhoamisleirin kaasukammioissa. Näistä keskuksista suurimmaksi muodostui Auschwitz Puolassa.

Auschwitz

Toimintansa huippu-aikaan, elokuussa 1944 Auschwitz koostui kolmesta pääosasta: Auschwitz I (noin 16.000 vankia), noin 3 km päässä sijaitseva Auschwitz II Birkenau (n. 90.000 vankia)



Tuttu sukunimi leirille tapettujen vankien joukossa pysäytti päätoimittajan niille sijoilleen.



Leirille tuoduilta ihmisiltä takavarikoituja kenkiä.



Tyhjiä Zyklon-B -myrkykaasupakkauksia todistena natsien hirmutöistä.

Tehokas koneisto

Auschwitzin olemassa olon aikana saksalaiset toivat sinne ainakin 1,3 miljoonaa ihmistä, joista 1,1 miljoonaa juutalaista. Natsit murhasivat yli 900.000 juutalaista kaasukammioissa heti sen jälkeen, kun heidät oli tuotu

sestä 6 km päähän rakennettu Auschwitz III Monowitz (n. 10.000 vankia). Auschwitzin alaisuudessa toimi myös kymmeniä alaleirejä, joissa työskenteli 21.000 vankia.



Lukijamatkalaiset kuuntelemassa oppaan selostusta Auschwitzin historiasta.



▲ Auschwitz II Birkenau lohko BII koostui 7 leiristä, jotka otettiin käyttöön 1943-1944. Etualalla olevat puuparakit oli tarkoitettu uusien miesvankien usean viikon mittaiseen karanteeniin. Karanteenin tarkoitus oli pelotella uusia vankeja ja iskostaa heihin leirin säännöt.



◀ Junalaiturilla seisoo vuonna 2009 raiteelle sijoitettu vaunu, joka kertoo, millaisissa olosuhteissa ihmiset tuotiin leirille. Samalla vaunu on myös Auschwitzissa toteutetun holokaustin symboli.

▼ Tähän pysähtyivät junat, jotka toivat Auschwitziin kaikkiaan yli puoli miljoonaa juutalaista. Laiturilla suoritettiin jako työkykyisiin ja työhön kelpaamattomiin, jotka murhattiin samana päivänä parin sadan metrin päässä olevissa kaasukammioissa.



▲ Auschwitz II Birkenau suunniteltiin alunperin neuvostovankeja varten, mutta siitä tuli juutalaisten joukkotuhonnan suurin keskus. Siitä tuli myös natsien suurin keskitysleiri, joka oli tarkoitettu useita eri kansallisuuksia oleville vangeille. Keväeseen 1944 mennessä 140 hehtaarin alueelle ehdittiin rakentaa yli 300 rakennusta, joista valtaosa oli erityyppisiä ja eri käyttötarkoituksia varten suunniteltuja puuparakkeja. Noin 40 rakennusta toimi kasarmeina ja SS-sairaalana.



◀ Käymälät olivat varsin koruttomat ja koska niihin pääsyä rajoitettiin, täit ja rotat olivat koko ajan asukkaiden harmina. Leirillä puhkesi usein kulkutautiepidemioita.

siirtyä asuinparakkeihin.

Kun vangit olivat "suihkussa", SS-miehet avasivat Zyklon-B-myrkkykaasipurkit ja kaatoivat sinihappoa sisältävät kiteet kaasukammioon. Lämmön vaikutuksesta erittyvä kaasu surmasi

▼ Kukin puuparake oli tarkoitettu 400 hengelle. Ikkunoita ei ollut, vaan valo tuli katonrajassa olevista aukoista.



kammiossa olevat vangit.

Ruumiit siirrettiin hissillä yläkertaan, missä krematoriot sijaitsivat.

SS:n rakennustoimiston laativan raportin mukaan Auschwitzin viiden krematorion yhteenlaskettu polttoteho oli 4.756 ruumista vuorokaudessa.

Vapautuminen

Vuoden 1944 jälkipuoliskolla saksalaiset alkoivat tuhota todisteita rikoksistaan. He polttivat vankiluettelot ja leirille tuotujen juutalaisten luettelot sekä kuljetivat muualle uhreilta anastetun omaisuuden ja isot määrät rakennusmateriaaleja.

Leirin toiminnan viimeisellä viikolla natsit räjäyttivät kaasukammiot ja polttivat varastot, joissa oli säilytetty joukkotuhon uhriksi joutuneiden juutalaisten omaisuutta.

Kun puna-armeija oli murtanut rintamalinjat tammikuun 1945 puolivälissä ja joukko-osastot lähestyivät Auschwitzia, leirin 56.000 vankia pakotettiin ns. kuolemanmarssille, joiden tarkoitus oli evakuoita työvoima syvemmälle Kolmannen valtakunnan alueelle. Marssin aikana menehtyi ainakin 9.000 vankia.

Leiriin jäi 7.500 nälkiintynyttä ja sairasta vankia, jotka neuvostojoukot "vapauttivat" 27.5.1945.

Pommitukset

Mielenkiintoista on, että vaikka ▶

▶ Junalaiturin pään kahden puolen on kaasukammioiden ja krematorioiden rauniot. Krematorio II:n vieressä on kaksi lampea, joihin ihmistuhkaa upotettiin. Vuosina 1942-1944 saksalaiset murhasivat Birkenau kaasukammioissa lähes miljoona juutalaista – naisia, lapsia ja miehiä. Ruumiit poltettiin krematorioiden uuneissa ja polttohaudoissa.

▶ leirille.

SS-miehet pitivät juutalaiset viime hetkeen asti epä tietoisina siitä, mikä heitä odotti. Usein heille kerrottiin, että heidät sijoitettaisiin leirille, mutta ennen sitä desinfioidisiin tuholaisen varalta ja pestäisiin.

Kaasukammioissa oli valesuihkua ja pukuhuoneissa numeroituja vaatekoukkuja, joiden oli tarkoitus pitää uhrit uskossa, että suihkun jälkeen he voisivat pukeutua omiin vaatteisiinsa ja





▲ Gheton sankareiden aukiolle on pystytetty kymmeniä tuoleja muistomerkeiksi holokaustin uhriin kuolleille juutalaisille.

▶ Krakovan juutalaiskorttelissa on lukuisia synagogia, joista jatkuvassa päivittäisessä käytössä kuitenkin vain muutama.

▼ Entinen Gestapon päämaja Krakovan vanhassa kaupungissa.



▶ puolalainen vastarintaliike oli kertonut raporteissaan kaasukammioiden olemassaolosta, liittoutuneet eivät kertaakaan pommittaneet niitä.

Sitä vastoin pommeja riitti 7 km päässä Auschwitzista sijaitsevien kemiantehtaiden tuhoamiseen. Tosin joskus pommit räjähtivät kaukana tehtaista ja surmasivat useita vankeja ja SS-miehiä Auschwitzissa.

Schindlerin tehdasmuseo

Kun matkalaiset siirtyivät aamupäivällä Auschwitziin, bussissa kävi iloinen puheensorina, mutta paluumatkalla bussi oli varsin hiljainen paikka...

Kun leirien kauhut oli jätetty taakse, siirryttiin tutustumaan Oskar Schindlerin tehdasmuseoon. Useimmille Schindler on tuttu Steven Spielbergin eloku-

vasta "Schindlerin lista", mutta kyseessähän ei ole mikään Hollywood-hahmo, vaan aito saksalainen, joka auttoi tehtaansa kautta yli 1.000 juutalaista välttämään natsien keskitysleirit.

Useimmille matkalaisista tuli pienenä pettymyksenä, että Schindlerin museossa ei kerrotakaan hänen tarinaansa vaan natsien miehitysajasta Krakovassa 1939-1945.

Mutta itse näyttely oli kuitenkin varsin mielenkiintoinen tarjoten ryhmälle aikamatkan sota-aikaan.

Juutalaiset Krakovassa

Krakovan ghetto toimi maaliskuusta 1941 maaliskuuhun 1943. Sinne suljetut juutalaiset työskentelivät sekä ghetossa että mm. Oskar Schindlerin tehtaassa.

Vuonna 1942 saksalaiset suorittivat kaksi väestönsiirtoa, jolloin työhön kykenemättömiä ja lapsia kuljetettiin lähes 12.000 Belzecin keskitysleirille.

13.-14.3.1943 natsit suorittivat massaliquidoinnin ghetossa murhaten noin 2.000 juutalaista gheton kaduille. Runsaat 8.000 kuljetettiin työleirille Plaszowiin ja loput gheton asukkaista Auschwitz Birkenauin keskitysleirille.

Puolan ja juutalaiset

Maailmansodan alkaessa juutalaisia asui Puolassa 3,5 miljoonaa eli se oli maailman suurin juutalaisyhteisö. Mutta kommunismin kaatuessa jäljellä oli enää alle 20.000.

Natsi-Saksan miehityshallinto surmasi 6 miljoonaa puolalaista, joista puolet juutalaisia. Tänä päivänä arvioidaan Puolassa asuvan noin 50.000 juutalaista, sillä 1990-luvun käynnistynyt vapaamielisyyden aika on houkuttanut puolanjuutalaisten jälkeläisiä palaamaan maahan.

Viime tammikuussa astui Puolassa voimaan laki, jonka perusteella puheet puolalaisten osuudesta natsien hirmutekoihin

naa eli se oli maailman suurin juutalaisyhteisö. Mutta kommunismin kaatuessa jäljellä oli enää alle 20.000.



▶ Risto Huvila piti matkalaisille kaksi luentoa eurooppalaisen antisemitismin juurista ja Israelin synnystä.

voivat johtaa peräti kolmen vuoden vankeusrangaistukseen.

Lain voiman havaitsi myös leirejä ja Schindlerin museota kierrellessä. Oppaat pyrkivät selkeästi korostamaan puolalaisten osuutta juutalaisten auttajina ja toisaalta myös natsien hirmutekoista kärsijinä.

Nyt viimeisten uutisten mukaan laki on kaatumassa, sitä ehtivät kritisoida mm. Israel ja USA. Eli rauha laskeutuu taas Puolaan.



▲ Oskar Schindlerin tehdasmuseon ikkunaan on koottu holokaustista Schindlerin avulla selvinneiden juutalaisten kuvia.

◀ Museossa on alkuperäisistä kalusteista jäljellä mm. Oskar Schindlerin toimiston kartta.

▶ Museossa esitellään Krakovaa natsimiehityksen aikana 1939-1945.



SEEK OUT THE HOLY LAND OF ISRAEL
CALEB TOURS

LÄHDE ISRAELIIN!

22.9-1.10.2018 • ISRAEL 70 JUHLAMATKA
Lehtimajajuhlien aikaan

22.-30.10.2018 • Israel 70 -juhlamatka
Ison Kirjan ystävämatka
Katso tarkemmat tiedot matkoista nettisivuiltamme!

WWW.CALEBTOURS.FI / +358 452 227 766

ISRAELUPDATE

katso netistä:
israelupdate.achlak.net

Tervehdys sinulle hyvä lukija. Olen Jarmo Ojanperä, ja syntynyt Seinäjoella elokuussa 1956, eli tänä vuonna tulee täyteen 62 vuotta elonpäiviä, jos ne suodaan.

Asun Ylöjärven Siivikalassa vaimoni Erjan kanssa, ja kolme lastamme ovat jo kauan sitten lähteneet rakentamaan omaa elämäänsä. Olemmekin Erjan kanssa tällä hetkellä myös kolmen lastenlapsen mummu ja pappa, ja syksyllä on odotettavissa yksi lisää, jos ei mitään ihmeempiä tapahdu. Olemme myös vaimoni kanssa olleet vuoden alusta osa-aikalätkkeellä, eli lasten hoitoakin on näin ollen ihan sopivasti aikamme puitteissa.

Juureni ovat siis Etelä-Pohjanmaalla, ja olen saanut kasvua uskovaissessa kodissa, johon kuuluivat lisäksi kaksi veljeäni ja sisareni. Meitä oli kuuden hengen perhe.

Isämme oli Jumalan valtakun-



Sinua siunaten

nan työntekijänä eli saarnamies, joka kiersi ympäri Suomea äidin hoitaessa meitä lapsia. Kasvua on siis tapahtunut normaaliolojen lisäksi monien hengellisten kokouksien ja lastenleirien kautta. Näistä suuri kiitos vanhemmilleni.

Viestiveljien matkassa

Käytyäni armeijan lähden koulun Tampereelle vuonna 1976,

ja jäin myös Tampereelle saatua koulun loppuun. Oli kääntynyt uusi lehti elämässäni.

Tulevan vaimonikin tapasin Tampereella, ja naimisiin menimme 1979.

Yhdessä kuitenkin koimme valtavan muutoksen elämässäme vuonna 1981. Perheeseemme syntyi poikalapsi, ja yhdessä vaimoni kanssa saimme myös jättäytyä Vapahtajamme turviin,

eli saimme armon ottaa vastaan Jeesuksen Kristuksen elämäämme.

Tällaisen siunauksen koettua, oli heti rukoukseni, että mitenkä minä voisin palvella sinua Herrani. Rukoukseeni vastattiin melko pian, ja tätä työtä on riittänytkin maallisen työn yhteydessä aina tähän päivään saakka.

Palvelutyöni on painottunut yhteiskristilliseen toimintaan,



ja tämän myötä olenkin saanut tutustua moniin eri hengellisiin yhteisöihin ja seurakuntiin, joka on ollut rikkaus siten, että on nähnyt Jumalan suuruuden, ja Hänen vaikutuksena omiensa joukossa. Tällä hetkellä aktiivisin palvelutehtävä on tamperelaisen yhdistyksen Viestiveljet kuoron kautta, missä olen ollut nyt yhtäjaksoisesti 17 vuotta.

Joukko, joka on yhteiskristillinen, on tehnyt matkaa jo lähes 25 vuotta.

Kuulun myös aktiivisesti Kristillisiin karavaanareihin, ja matkoja heidän kanssaan tulee tehtyä ympäri Suomea. Lappi kuitenkin on ollut erityiskohdeemme, missä käymme syksyisin vaeltelemassa ja talvisin hiihtelemässä. Karavaanareiden matkojen ohessa pidämme myös hengellisiä kokouksia aina sopivan tilaisuuden tullessa, mutta hyvin paljon soitamme ja laulamme myös keskenämme päivän päätteeksi matkoillamme.

Musiikki kodin perintönä

Niin kuin tästä kirjoituksesta voi jo hiukan päätellä, mikä on rakain harrastukseni, niin sehän on laulaminen kitaran säestyksellä. Tämä taasen on kodin perintöä, missä äiti soitti kitaraa ja lauloi hengellisiä lauluja, ja isä omasi myös hyvin kuuluvankin lauluäänän.

Onko kulku ollut sitten kohdallani suurimmaksi osaa Hallelujaa laulaen, uskon tietä vaeltaessa? No, ei ole ollut. Vaikka rauhan olemme saaneet Kristuksen täytetyssä työssä Golgatalla, ja ylösnousemuksen voimaan luottaen matkaa teemme, niin moninaiset kiusaukset ja vastoinkäymiset ovat matkaa

hidastaneet. Vaikka Golgatalla minunkin syntini naulattiin ristinpuulle, niin silti synnin pistin painaa lihaani, mutta saan kuitenkin huomata, niin kuin myös sinä ystäväni, että kuitenkin saamme kiittää siitä vapaudesta, jonka saamme omistaa Kristuksessa Jeesuksessa.

Uusi alku elämään

Kuitenkin ehkä yksi suurimpia kamppailujani elämässäni on ollut sairauteni, jonka jälkimainiggit vieläkin vaikuttavat elämässäni. Kolmoishermostairauteni leikattiin vuonna 2005.

Siinä laitettiin mies ahtaalle paikalle, ja pyysinkin jo armahattavaa vapautusta tästä elämästä.

Jumala näki kuitenkin toisin, ja Hänen avullaan, sekä taitavan neurokirurgin avulla päähäni kohdistuva leikkaus onnistui, ja sain ikään kuin uuden alun elämäni. Meitä täällä ajassa riisutaan monin eri tavoin, ja siinä sairauden kourissa myös minä sain kokea riisumista, pienuuteni, mutta myös Herrani kaikkivoipaisuuden ja suuruuden. Siitä kunnia ja kiitos Hänelle.

Matka siis jatkuu. Vaikka sairaukseläkkeelle lähtö oli lähellä 2005, niin palasin työelämään, ja evääksi sanottiin, että koita nyt vaikka viisi vuotta jaksaa. Nyt on kulunut aikaa jo tovin, ja edelleen ajelen Ylöjärveltä Hämeenlinnaan töihin, vaikka nyt osa-aikaisena. Kiitän kuitenkin Vapahtajaani Jeesusta Kristusta kaikesta hyvyydestä kohtaan, ja luottamuksesta, että saan Häntä palvella sillä Armolla ja lahjalla, joka on minulle suotu.

Jääkäämme siis Jumalan Armon varaan, ja palvelkaamme Herra ILOLLA!

Sinua siunaten.

NB SEINÄ

BETONIELEMENTTEJÄ
www.nb-seina.fi

Softatalo AIDA Oy

HALUATKO SÄÄSTÄÄ ENERGIAA JA RAHAA?

Säästetään kaukolämpöä, maakaasua, nestekaasua, öljyä ja käyttövettä kiinteistöissä. Globaalisti ainutlaatuiset ja varmat järjestelmät toteuttavat n. 10-30 % säästöjä nopeassa takaisinmaksuajassa.

OTA YHTEYS, NIIN TEEMME TARJOUKSEN !



petri.aalto@aida-energy.com
www.aida-energy.com

KUVAUKSET
(kaikki mahdolliset teollisuudesta hautajaisiin) yli 30v kokemuksella.

KASSATALON kuvapörssi
HYVINKÄÄ

PUH. (019) 439 470
WWW.KPFOTO.FI

Vuonna 1966 perustettu Jerusalem Foundation on laittanut alulle ja osallistunut Jerusalemin alueella yli 4 000 hankkeeseen, pienistä lähiöpuistoista aina maailmankuuluisiin maamerkkeihin.

Jerusalem Foundationin perusti Tonavan rannan pikkukaupungissa syntynyt Teddy Kollek. Hän muutti 29-vuotiaana Israeliin Wienistä vuonna 1935 ja omisti elämänsä uuden yhteiskunnan rakentamiselle.

Vuonna 1952 pääministeri David Ben Gurion nimitti Kollekin pääministerin toimiston johtajaksi, jossa tehtävässä hän palveli 12 vuotta. Vuonna 1965 Teddy Kollek voitti Jerusalemin pormestarin vaalit, ja hän toimi virassaan peräti 28 vuotta.



Ariel Nadbornik asui Israelissa vuosina 2003-2011 ja palasi perheineen muuttamaan Liettuaan ja Suomessa vietetyn vuoden jälkeen taas Israeliin. Nykyään hän toimii varainhankkijana Jerusalem Foundationissa.

Vuonna 1967 pormestari Kollek ymmärsi, ettei jaettu kaupunki pysty selviämään, ja hän totesi, että jokainen Jerusalemin asukas riippumatta uskostaan tai syntyperästään on oikeutettu yhtäläisiin palveluihin ja elämän laatuun.

Teddy Kollek oli pormestarikaudellaan mukana lukuisien julkisten puistojen ja koulujen



Lastentarhan ja ensimmäisen luokan välissä on kriittinen vaihe, jolloin etiopialaiset juutalaislapset tarvitsevat kannustavaa ja tukevaa apua, toteaa Irit Fatal, Rachel Centerin johtaja, edesmenneen kalynsä kuvan äärellä.



samoin kuin maailmanluokan kulttuuri-instituutioidenkin perustamisessa.

Lähiökeskuksessa lapset voivat tehdä läksyjään ja viettää aikaansa koulun jälkeistä aikaa.

Vuonna 1966 perustettu Jerusalem Foundation on rahoittanut toiminta aikana Jerusalemin alueella yli 4 000 hanketta, pienistä lähiöpuistoista aina maailmankuuluisiin maamerkkeihin.

Kaikki hieno ja kiva, mitä Jerusalemissa löytyy tänä päivänä, on Jerusalem Foundationin rakentamaa, naurahtaa säätiön varainhankkijana toimiva Ariel Nadbornik.

Ortodoksijuutalaisten työllistämistä

Kuluneiden runsaan 50 vuoden aikana Jerusalem Foundation on kerännyt yli miljardi dollaria eri hankkeisiin. Säätiön rahoittamiin hankkeisiin sisältyy museoita, kirjastoja, kouluja, musiikkikeskuksia, puistoja, urheilustadioita ja mm. 21 lähiökeskusta eri puolilla kaupunkia sekä Via Dolorosan saneeraus. Itä-Jerusalemin alueella on yhdessä asumiseen liittyviä hankkeita ja taas ultraortodokseille tarkoitetuissa projekteissa on pääpaino työllistämässä. Lisäksi säätiöllä on hankkeita syrjäytymisvaarassa oleville nuorille.

Kaikki eivät voi olla ns. toora-neroja, joten heille koetetaan löytää muuta tekemistä. Ultraortodoksinaisten kohdalla ollaan päästy tavoiteltuun työllistämisprosenttiin 71 %, mutta palkat ovat vielä turhan matalia. Tänä päivänä on suosittua koulututtaa kirjanpitäjiksi tai lastentarhan opettajiksi. Miesten kohdalla ti-



The Wolff and Rose Klabin Junior High Schooliin rakennettu kasvihuone on vaikuttanut positiivisesti koko ympäristön ilmapiiriin.

lanne on paljon huonompi, vain 20-30 %, Nadbornik selvittää.

Ben Gurion sopi aikoinaan, ettei ultraortodoksijuutalaisten ei tarvitse mennä armeijaan ja he saavat stipendejä opiskeluunsa. Mutta silloin puhuttiin 600 miehestä vuodessa, kun taas nykyään puhutaan useista tuhansista miehistä eli tilanne on täysin toinen.

Työtä syrjäytymistä vastaan

Etiopiasta on muuttanut toista tuhatta juutalaista viime vuosina Israeliin, ja jäljellä lienee vielä runsaat 7 000 juutalaista. Esimerkiksi ICEJ on ollut tukemassa taloudellisesti etiopialaisten alijaa.

Etiopialaisten juutalaisten kotoutumiseen on panostettu voimakkaasti. Etiopiasta Israeliin muuttavien juutalaisten pitää matkustaa ajassa 400 vuotta eteenpäin, joten sopeutusvaikeuksia tulee.

Etiopialaisvanhemmat eivät lue lapsilleen kirjoja, ja lapsilla on vähän leluja – kyseessä on kulttuurikysymys. Lukemaan



Oppilaat kasvattavat erilaisia vihanneksia kotiin vietäväksi.

Kasvihuoneen tiloissa järjestetään myös opiskelua pienryhmissä.



Innokas, asiaansa vihkiytynyt koululainen esitteli meille vesikasvatusta.

Siinä missä maahan istutettuna kasvit valmistuvat 3 kuukaudessa, vesikasvatuksessa valmista tulee jo 3 viikossa.



70 % uskonnollisen koulun oppilaista on Kiryat Menachemista ja 30 % tulee lähialueilta.

oppiminen vie etiopialaislapsilta normaalia kauemmin, josta syystä koulumenestykseen tulee helposti aukko.

Kiryat Menachemin kaupunginosaan lounais-Jerusalemiin on keskittynyt paljon maahan muuttaneita etiopialaisia. Kaupunginosassa on selvästi köyhempää väestöosaa kuin muualla Jerusalemissa. Asukkailta, varsinkin nuorilla on monia ongelmia, jotka helposti johtavat syrjäytymiseen. Kaupunginosassa asuu noin 18 000 asukasta, joista 2 000 on etiopialaisia juutalaisia eli noin 500 kotitaloutta. Asunnot ovat pieniä ja selvästi muuta Jerusalemiä halvempia. Kaupunginosa on myös jäänyt kehityksessä jälkeen muita kaupunginosia. Alueelle on viime vuosina muuttanut myös paljon lapsiperheitä.

Ponnahduslaudalla tuloksiin

Jerusalem Foundationin tuella on rakennettu lähiökeskus, jossa koululaiset voivat viettää

► aikaansa koulun jälkeen, lukea läksyjään ja saada myös tarvittavaa tukiovetusta. Tarvittaessa löytyy myös puhekoulutusta samoin kuin fysioterapiaa.

– Koetamme tukea alueen lapsia koulunkäynnissä ja kannustaa heitä jatkamaan opintojaan, kertoo Adit Dayan, Jerusalem Foundationin sosiaalisten hyvinvointihankkeiden johtaja.

Ponnauduslauta-projektissa on tarjolla parikymmentä eri suuntautumisvaihtoehtoa kuten musiikki, tanssi, draama, urheilu, shakin pelu, tietokoneet, robotiikka jne. Koululaiset voivat saada viikoittain neljä tuntia opetusta valitulla osa-alueella.

– Jos lapsi ei pärjää esimerkiksi englannissa tai matematiikassa, mutta löytää kykynsä vaikka koripallon puolella, hänen itsetuntonsa paranee, joka heijastuu helposti myös muuhun koulumenestykseen, selvittää projektin koordinaattori Dana Yoselqon-Kedar.

Hankkeella halutaan helpottaa nuoria löytämään oma potentiaalinsa samoin kuin tarjota heille paremmat tulevaisuuden mahdollisuudet.

Kokemuksia on nyt jo viidestä vuodesta, ja tarkoitus on kopioida konsepti muihinkin lähiöihin.

Ilmapiiri koululuokissa on muuttunut selkeästi samoin kuin oppilaiden koulumenestys on parantunut.

Vanhemmat tekevät Israelissa pitkiä työpäiviä 6 päivänä viikossa, ja heillä ei ole useinkaan yksinkertaisesti aikaa opettaa lapsilleen erilaisia asioita, joita Ponnauduslauta voi opettaa.

Sormet multa

Läheisessä uskonnollisessa koulussa on Jerusalem Foundationin tuella kehitetty kasvihuone, jossa lapset voivat tutustua maanviljelyksen ja luonnonsuojelun saloihin. Moni luonnontieteissä pärjännyt oppilas pääsee nyt kokeilemaan oppimaansa myös oikeassa ympäristössä.

Oppilailla, joilla on ollut esimerkiksi keskittymisvaikeuksia, voivat opiskella nyt kasvihuoneessa tarkkailemalla mehiläisiä, lintuja ja muita eläimiä.

Mielenkiitoinen puoli on myös, että Etiopiasta muutta-



▲ Ulkoilmamuseossa esitellään vanhoja työtapoja, joita nuoret voivat harjoitella.

▼ Nuoret voivat opetella myös kasvien viljelyä museon kasvimaalla.



neet lapset pääsevät näyttämään omaa tietämystään maanviljelystä kaupungissa kasvaneille oppilaille.

Kasvihuone-projekti on herättänyt paljon mielenkiintoa

muissa kouluissa, ja projektin positiivinen vaikutus näkyy jo koko ympäristössä.

Lapset oppivat viljelemään erilaisia hyötykasveja, tutustuivat ympäristöystävällisiin tor-



▲ Ja lopuksi tietenkin se pakollinen ryhmäkuva. Kirjoittajan vieressä oikealla ICEJ:n Suomen osaston toiminnanjohtaja Kari O. Niemi, Ariel Nadbornik ja Johannes Waljus.

juntamenetelmiin, erilaisiin kylvö- ja istutusaikoihin jne. Kasvihuoneessa kerätään sadevesi kastelukäyttöön ja muutenkin pyritään suosimaan ympäristöystävällisiä viljelykeinoja.

Kirjatietyys muuttuu kiinnostavalla tavalla käytännön toimiksi, ja jokainen lapsi voi kokea onnistumisen iloa.

Luontoterapiaa

Kolmas tutustumiskohde on ulkoilmamuseo, Ein Yael Living Museum, jossa esitellään entisaikojen työtapoja. Museo myös työllistää syrjäytymisvaarassa olevia juutalaisnuoria.

Nuoret, joilla on ongelmia, olipa sitten kyseessä mielenterveys- tai fyysiset ongelmat – esimerkiksi keskittymisvaikeuksia ja oppimisvaikeuksia koulussa – voivat tulla puistoon vaikka tunniksi päivässä tai kerran viikossa. Kyseessä ei kuitenkaan ole mitään puiden halailua, vaan nuoret voivat osallistua erilaisiin työpajoihin ja päästä lähemmäksi niin luontoa kuin myös omaa itseään.

Luontoterapiaan osallistuu niin juutalaisia kuin arabeja, nuoria kaikista yhteiskuntaluokista.

Ein Yaeliin nuoret tulevat sosiaalisyöntekijöiden lähettäminä.

Tietenkään terapia ei sovi, mutta useimmille luonnon läheisyys tuo selviä muutoksia mielentilaan ja käyttäytymiseen. Monelle slummissa asuneelle ongelmanuorelle jo pelkkä avoin puisto on elämys. Luonnossa vietetyn ajan myötä nuoret avautuvat, masennus katoaa jne. Ein Yaelissa työskentelevät terapeutit tekevät nuorten kanssa myös retkiä esimerkiksi Kuolleelle merelle tai Negevin autiomaahan.

Kokemuksia on esimerkiksi eristäytyneistä nuorista, joilla on ollut vaikeuksia luoda ystävyysuhteita toisiin nuoriin. Muutaman kuukauden luontoterapialla ollaan saatu todella hyviä tuloksia.

– Metsässä voidaan luoda helpommin kontakteja kuin suurkaupungin vilinässä, toteaa museon edustaja ja kertoo terveysalan asiantuntijoita eri puolilta Israelia käyvän tutustumassa luontoterapiaan käytännössä.



Mika Poutala



Jouko Komulainen



Jouni Junkkila

Tule mukaan viettämään voimauttavaa veljesyhteyttä 50 miehen kesken Aapeli Saarisalon kotitalalle, Hirsijärven rannalle (Bergvikintie 43, Kruusila).

Luvassa mielenkiitaisia alustuksia, rukouspalvelua, saunomista, rentoutumista yms. Samalla juhlietaan Kristittyjen Miesten Verkosto ry:n (CMN Finland) 20-vuotista toimintaa.

Leirillä pitävät alustuksia:

Mika Poutala, Jouko Komulainen, Jouni Junkkila, Samuel Saresvirta ja Kimmo Janas.

Musiikista puolestaan vastaa **Harri Verkkoperä.**

Leiri aloitetaan perjantaina keittopäivällisellä klo 17.30. Lauantaina teemme neljä tuntia talkootöitä kartanon mailla ja rakennuksilla. Ja iltasaunan jälkeen paistellaan muurin pohjalettuja ja grillaillaan miehekkäästi Auran Palvituotteen possumakkaraa.

Leiri päättyy sunnuntaina ehtoollisjumalanpalveluksen jälkeen nautittavaan lounaaseen klo 12.

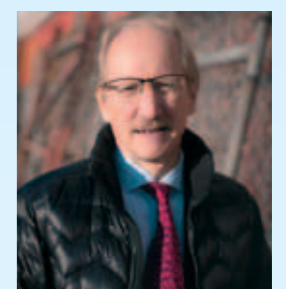
TOIVOMME MIESTEN OSALLISTUVAN LEIRIIN TÄYSAIKAISESTI.

Leirin hinta:

70 euroa/hlö sisältäen ruoat ja majoituksen (omin lakanoin) 2-4 hengen huoneissa. Lisähinta 1 hengen huoneesta 10 euroa/hlö/vrk. Lakana- ja pyyhesetti vuokrattavissa lisähintaan 15 euroa/kpl.

Ilmoittautumiset:

Kimmo Janas, puh. 050 912 7332 tai kimmo.janas@faktapro.fi
Samuel Saresvirta, puh. 040 541 2022 tai samuel.saresvirta@live.fi



Samuel Saresvirta



Kimmo Janas



Harri Verkkoperä

Ale ja Anneli Lindgren – JUMALAN ELOVAINIOIDEN KUTSU

Allan L. Mäntyniemi

Minulla on suuri kunnia saada kertoa veljemme Ale Lindgrenin elämän historiaa.

Alen puoliso Anneli koki uskoon tulemisen, ja tietty rukoustaistelu alkoi Alen sekä heidän lasten puolesta. Ale suhtautui asiaan hieman pidätellen ja ajatteli, että kyllä se Annelilta kohta ohii menee.

Anneli kuitenkin säilytti malttinsa ja jatkoi rukoilemistaan. Ale on kertonut tapahtuman kulkua seuraavasti:

– Ihmettelin mikä häneen on tullut, jotenkin oloni oli niin levoton ja rauhaton. Yöllä en ollut saada unenpäästä kiinni. Tuskaailin ja huokailin, kieriskelin vuoteella ja olo oli raskas. Tätä jatkui ja jatkui. Anneli tiedusteli minulta: ”Mikä sun hyvä mies on?” johon tuumasin, että taidan seota kohta, että pitää pyrkiä ammatti-ihmisten luokse. Tähän Anneli tuumasi: ”Et sinä mitään psykiatria tarvitse, vaan sinä tarvitset Jeesuksen elämänsi”. En osannut asiaa ajatella tuon suuntaisesti, mutta Annelin sanojen kylvö alkoi puhutella hyvin voimakkaasti.

Olen koko elämäni ajan tehnyt työtä ravihevosten kanssa, minulla oli hyviä ja kilpailukuntoisia ravureita, jotka myöskin jonkin verran juoksivat radoilta eväsraha. En oikeastaan koskaan ole mitään muuta työtä osannut tehdä – hevoset olivat elämäni suurin sisältö.

Jumala puhuu unessa

– Eräänä yönä tuskailevana huokailin, että mitä tästä oikein tulee. Avuttomuuden ja rauhatonmuuden tunne oli niin voimakas ja syvä. Anneli kehoitti: ”Anna elämäsi Jeesukselle, niin näet



◀ Ale Lindgren ja Anneli Keväänranta-Lindgren.

ihmeissäni, enhän ollut koskaan sellaisen koneen kanssa ollut tekemisissä. Tottelin kuitenkin saamaani kehotusta, puhdistin rööriin, jonka kautta vilja kulkee – se oli likainen, mustaa mönjää täynnä. Sitten starttasin koneen ja lähdin ajamaan, hän kertoo.

Jumalan mittapuut ovat eri luokkaa

– Sain mahdollisuuden vierailta ensimmäistä kertaa Romaniassa 1993. Kokemus oli niin vaikuttava ja syvä. Tapasin siellä omaa heimoani järkyttävissä elämäntilanteissa. Epäinhimilliset olosuhteet loivat syvän alakulon näiden ihmisten alennustilaan. Silloin ymmärsin, mitä Herra oli tarkoittanut näkemäni unen myötä. Se alkoi elää ja voimistua sisimmässä, se vaati ja odotti työhön tarttumistani.

Yhdessä Annelin kanssa tätä asiaa rukouksin pohdimme, ja totesimme että emme voi olla tottelematta Jumalan puhetta, kehotusta ja kutsua. Vuodesta

että se toimii ja kaikki muuttuu.” Hänen avustamanaan heittäydin polvilleni ja pyysin Jeesusta elämäni, pyysin syntejäni anteeksi.

Ale kertoo rukoilleensa: ”jos minä tällaisenani kelpaan sinulle, tässä olen.” Anneli sai olla julistamassa syntien anteeksiantoa, joka virtaili Alen sisimpään ja sydämeen.

– Koin, miten ihmeellisen syvä rauha laskeutui elämäni, en ollut uskoa sitä todeksi. Kuitenkin jotakin merkittävää alkoi tuosta hetkestä tapahtua. Sisimpäni oli herkkänä, kun maiste-

lin uuden elämän makuja, en osannut muuta kuin ihmetellä, miksi olen ollut niin tyhmä, enkä tätä ymmärtänyt jo aikaisemmin vastaanottaa elämäni, Ale muistele.

– Eräänä yönä näin merkittävän unen. Olin siinä suuren viljavainion keskellä, vainiota riitti silmäkantamattomiin, ihmettelin näkemääni. Huomasin sen laidalla puimurin. Jumalan Henki sanoi: ”Nouse puimuriin ja käynnistä se.” Tähän tuumasin, että enhän minä osaa tällaista käyttää. Herra kehotti uudestaan: ”Nouse ja käynnistä.” Olin



▶ Ale seuroissa.

1994 saakka olemme sitä yrittäneet toimittaa. Lukuisat matkat ovat toistuvasti vieneet sinne uudestaan ja uudestaan. Matkoillemme on tullut mukaan veljiä ja sisaria, yhdessä olemme tehneet sen, mitä Herra on tehtäväksemme uskonut. Sydämemme valtaa nöyryä kiitos Herran edessä, ”minä kouluttamaton” saan toteuttaa Kuningasten Kuninkaan käskyä ja viedä elämän sanomaa Kristuksesta näille ihmispoloisille. Humanitaarinen avustustyö on yksi osa tehtäväämme. Useita rekkakuormallisia on sinne toimitettu vaatetavaraa, kuiva-elintarvikkeita, kodinkoneita ym. ym.

Tärkein ja keskeisin osa on se, kun saa hätäntyneelle ihmiselle osoittaa Jeesusta Kristusta ja kertoa, että Hän armahtaa, antaa synnit anteeksi, rauhan ja elämisen arvoisen elämän. Useita on niitä, jotka ovat löytäneet Vaapahtajan ja sen jälkeen kastataneet itsensä Raamatun ohjeen mukaisesti sekä liittyneet paikallisen seurakunnan jäsenyyteen. Olemme saaneet nähdä todeksi sen, että työtä kannattaa tehdä, eikä väheksyä omaa osaamattomuuttaan. Jumalan mittapuut ovat aivan eri luokkaa kuin mitä inhimillinen ihminen kartoittaa.

Herran Henki etsii lähtijää

Ale on Annelin kanssa Filadel-

fiaförsalmlingen Nyköpingsin lähetejä. Seurakunta on ollut tukemassa heidän tehtävänsä Romaniassa. On hyvä ja turvallista työtä tehdä ja toteuttaa sitä seurakunnan tukemana, tällä työsektorilla ei voida toimia ns. ”yksityisyrittäjinä”.

Vuosia on vierinyt, työtä on toteutettu, ja Jumalan huolenpito on ollut merkillisen tarkkaa.

– Mietin usein sitä, kuka jatkaa tätä työtä, kun oma aikamme tulee täyteen työnteemisessä. Olemme rukoilleet, että oman heimomme keskeltä löytyisi miehiä sekä naisia tämän vainion tehtäviin. Uskomme, että Herralla on kyky vaikuttaa, puhua niin kuin Hän minulle ja Annelille on puhunut. Jumala ei tarvitse hetken mielijohteissa kulkevaa, vaan työmiestä ja naista, jotka antavat elämänsä ehdoilla Herran alttarille. Työtehtävä odottaa tekijäänsä ja tämän tehtävän jatkajaa. Kuuntele ja ole tarkkana. Herran Henki puhuu vielä ja etsii sinua lähtijäksi. Kun Hän puhuu, niin sano: ”Tässä olen, Herra lähetä minut”, Ale Lindgren toteaa.

Tämän kirjoitus koostuu Alen omista sanoista. Niitä allekirjoittanut on saanut kuunnella ja ihmetellä Jumalan Hengen tarkkuutta ja kykyä kutsuessaan Alen sekä Annelin työtehtäviinsä.

– Ale siunaa Romaniassa 2018.



Mitä jos hän olisi sinun lapsesi?
Tarjoa lapselle tulevaisuuden toivo ja mahdollisuus kuulla Kristuksen rakkaudesta
www.gfa.fi
0500 506 194

**KIHNIÖN
APTEEKKI**

ark. 9–17, la 9–13

LÄHDE ON NYT JERUSALEMISSA!
Tervetuloa Israeliin Majatalo Lähteelle!
Kerää oma ryhmä tai lähde omatoimimatkallesi!
Varaukset suoraan Lähteelle +972 52 529 5665 tai info@lahde.fi
Tervetuloa Israelin kesään tarjoushintaan 35 €/hlö/vrk
lahde.fi

SkyMissio ry:n avustusmatka

Allan L. Mäntyniemi

Etelä-Pohjanmaalta starttasimme, allekirjoittanut, Iikka & Aimo. Suuntasimme Taiston luo Espooseen, jossa yövyimme.

”Asfalttipastori” Taisto liittyi matkaamme mukaan ja suuntasimme Helsingin länsisatamasta Viking Linella Tallinnaan.

Kotijoukot toivottivat runsaat siunaukset lähteville. Olimme kiitolliset alkaneesta matkasta, odotukset olivat korkealla, hienoinen jännitys sydämissämme. Tallinnasta ajelimme Latviaan, Norkalnissa (usean seurakunnan leirikeskus n. 30 km Riigasta itään) nukuimme ensi yömmen. Isäntäveljemme Sulevi oli vauhdissa, ja naurua piisasi yltäkyllin hänen tarjoamaan.

Norkalnista jatkoimme Liettuaan, Puolaan, Slovakiaan, Unkariin ja Romaniaan. Lublinissa pastoriperheessä yövyimme. Kodin henki oli ystävällinen. Nyt veljet kuorsaa... joten hiivin myöskin vaakatasoon ja annan käskyn harmaille aivosoluilleni toimiiin Nukku-Matin odottamiseksi.

Johdatuksessa matkaan

Aamupäivän tilaisuudessa Taisto lauloi, minä kerroin ”Sä minne kuljet” laulun historiaa. Matka tuntui hyvälle ja tarkoituksenmukaiselle, uskoimme olevamme johdatuksessa.

Lähestyessämme Puolan eteläosaa ostamamme auto alkoi tempuilla ja rikkoi toistuvasti sulakkeita eikä lähtenyt käyntiin. Saimme myöhään illalla auton kuntoon korjausmiehen avulla. Hetken kuluttua sama ongelma toistui. Taisto nikkaroi ja löysi syyn oireeseen. Onneksi olimme päässeet huoltoasemalle

► Laura ja Tero.



saakka. Siellä yövyimme motelissa, mutta Aimo halusi yöpyä autossa. Se olikin hyvä juttu, sillä kun aamulla olimme lähdössä motellista pois – ulko-ovi oli lukossa, ei henkilökuntaa, eikä puhelinnumeroa mihinkään. Onneksi Aimo oli nukkunut autossa ja saimme oven auki hänen avullaan. Huoltoasema päivysti tässä asiassa, emme tienneet sitä

Olimme Budapestin moottoritillä, yhtäkkiä autot lähtivät ohittamaan meitä ja kuskit näyttivät ilmeillään, että automme alla tapahtuu jotain. Pysähdyimme tarkentamaan tilannetta, totesimme että pakoputki oli irronnut kiinnikkeistä ja osittain harasi tiehen. Mahtava teknikkomme sukelsi auton alle, ja minä pyrin auttamaan. 2 tuntia taisteltuaamme saimme putken nippusiteillä kiinnitetyksi. Tero lupasi hoitaa Romaniassa putken asianmukaisesti paikoilleen. Saimme ystävien kautta osoitteen Budapestissä olevasta seurakunnasta, jonka pastori lupasi majoittaa meidät kirkossaan.

Tehtävä jatkuu

Kauniiden maisemien myötä



Tuli leviää

Saavuimme Lauran & Teron

saavuimme Romaniaan, jossa myös tapasimme Ale Lindgrenin tiimin. Ensimmäiseksi meidät vietin piknikille. Siellä oli tarjolla oikein nuotiolla paistettua lihaa ja makkaraa. Paikallinen pastori Maurius oli hyvin auttavainen ja soitteli äänekkäästi hanuriaan. Heidän kanssaan vietimme päivän ja kävimme mm. uudessa romanikylässä. Siellä pidettiin laulu- ja rukousseurat. Siellä jaettiin Gideon Uutta Testamenttia, ja kohtaaminen oli iloisen ystävällistä.

Yövyimme siellä pastoriperheen luona. Siellä oli hyvä rukouksen Henki, josta jäi evääksi matkallemmekin. Kävimme uudessa romanikylässä. Pastori vei sinne sokealle miehelle urut. Siellä rukoiltiin ihmisten puolesta ja laulettiin ja oltiin yhdessä. Lasten kanssa laulettiin ”Kuinkas minä pääsen Taivaaseen”.

Hyvästelimme Alen tiimin, se tuntui haikealta, kun erkanimme tahoillemme jatkamaan tehtävää Jumalan vainioiden keskellä.

luokse Christianiin, saimme mahdollisuuden tutustua heidän työpaikkaansa. Se oli kirkon vieressä erittäin iso koulu, rakennuksia oli useita. Saimme tietää, mitä kaikkea paikallisen srk:n työ käsitti. Eilen kun tänne saavuimme, tuntui paikkakunta tutulle.. mietin miksi?.. muistin että olin joskus nähnyt unen samaisesta kaupungista. Uni palautui mieleeni ja olin varma, että kyseessä oli juuri tuo samainen kaupunki. Pastorilla oli visio toimipaikan käytöstä, sen haasteista ja tarpeista. Kerroin pastorille, että haluan uskoa hänen näkemykseensä, ja että työ merkityksessä antaa tulosta, koska Jumalan vuori on jo tulesa, siellä palaa tuli, ja että tulen ominaisuus on sen leviäminen kaikkialle.

Laura & Tero ovat ihania ihmisiä. Heidän kotinsa palveli meitä neljän päivän ajan. Oli suuri etuoikeus tavata sekä tutustua heihin. Tero oli rakentanut saunan, ja me tietenkin saunoimme joka ilta. Se olikin paikoillaan päivän tapaamisten jälkeen. Kun lähdimme, jäi suuri ikävä sisimpään, jotenkin tuntui siltä, että henkilökohtaisesti olin saanut uudet ystävät itselleni. Laura oli räiskyvä ja persoonallinen, lämmin ja reilu ihminen. Hän tarjoutui pesemään pyykkiämmekin auliisti. Se oli merkillinen kokemus ja arvonantoni kasvoi, olimme syvästi kiitollisia avusta, joka oli tuli aivan tarpeen.

Suuri avustusaukko

Menimme vierailulle entiseen paikkaan, mihin väki oli majoittunut asumaan lakkautetun tehtaan hylättyihin taloihin. Sieltä löysimme kaikenikäistä väkeä. Eräissä perheissä oli viisi lasta, isä oli poissa, ja paikalla oli äiti ja kolme lasta, jotka olivat peiton alla keskellä päivää. Kaikki olivat hyvin nälkäisen oloisia. Näimme tämän perheen ja myös isän seuraavana päivänä seurakunnan tilaisuudessa. Päätimme ostaa heille ruokakasseja, jotka Laura ja Tero toimittavat heille. Siellä pitäisi antaa kaikille, muuten tulee iso riita. Avustus-



► Aimo ja Taisto Hosannan seurakunnassa Puolan Lublinissa.

aukko on todella suuri. Siellä olevat ihmiset eivät kaikki ole edes missään rekisterissä. Ei kirjoissa eikä kansissa. Päätimme tehdä tästä jaosta säännöllisen, kuukausittaisen. Menimme sitten toiseen köyhien romanien asuinalueelle. Siellä oli monenlaisia asumuksia, hökkeleitäkin. Katosta saattoi puuttua toinen puoli ja vedet ja lumet tulivat sisälle. Ihmisiä oli paljon kaikenikäisiä, lapsia paljon.

Kaivoimme kitarat esiin ja aloimme laulaa, sen myötä kutsuimme väkeä asiamme eteen. Heille julistettiin evankeliumia, monet ilmaisivat janonsa Jumalan puoleen, ja moni antoi elämänsä Jeesukselle. Tehtävämme ei ole turha, vaikkakin siinä on haasteensa, se palkitsee, kun ihmisille välittyy Jumalan Pojan evankeliumin sanoma. UT/psalmit jaettiin, ihmiset olivat mielisään sekä hyvilläään saamastaan.

Lastenpäivä oli mahtava kokemus. Se oli antoisa ja kaunis tapahtuma. Lapset ovat aitoja, ovatpa he minkä maalaisia tahansa. Aamupäivällä Aimon ja Tasiton opastuksella lapset tekivät mahtavia taideteoksia hammastikuista ja pehmeistä herneistä.

Iltapäivällä menimme lasten



kanssa upeaan kansallispuistomaiseen metsään. Tämä oli lapsille ensimmäinen kerta, kun he olivat metsässä ja siellä vielä grillattiinkin. Taiston ja Aimon kanssa leikitimme lapsia laululla ”Milläs minä pääsisin taivaaseen”. Tero ja kumppanit ansaitsivat roimasti pisteitä.

Paras matka – toistaiseksi

Paluumatka kotiin on oma historiansa sekin, kaikki kuitenkin toimi loistavasti ja kuskimme Taisto toimi autonkuljettajana ammattimaisen varmasti ja joustavasti. Veljet olivat varanneet yömajoituksen Tallinnan vanhaan kaupunkiin. Kohteen etsimisessä oli työtä, mutta onnistuimme löytämään kohteeseen. Majoitusmaksu oli hoidettu etukäteen, mutta emme saaneet mitään koodinumeroa tekstiviestinä niin kuin oli ilmoitettu, maksu meni taivaantuuliin ja me vietimme yön autossa Eckerön aluksen irtautumiseen saakka klo 06:00. Kotimaa näkyi jo hämmöttävän, me matkasta väsähtäneet tervehdimme sitä rukous sydämissä Suomen ja Romanian puolesta.

Tämä on ollut paras Romanian avustusmatka minun ja muidenkin mielestä, missä olemme olleet mukana. Minun ensimmäinen matkani oli vuonna 2009. Taisto, Iikka ja Aimo ovat tulleet myöhemmin mukaan.

Jatkoimme matkaa Etelä-Pohjanmaalle, Aimo, Iikka ja minä. Oli mahtavaa päästä kotiin ja alkaa jälleen elää nk. normielämää Herran avussa ja armossa. Seuraavan matkan suunnittelu alkoi myös samalla.

SkyMission ry:n toimintaan voi tutustua netissä osoitteessa www.skymissio-ry.com.

Hietalahti ja Pojat Oy

BETONIELEMENTIT



Funktionaalinen lääkärin vastaanotto Ostrobotnia Functionalia

☎ 0500 369 699
juhani.lehtonen@fimnet.fi





DVD-elokuvia



THE KILLING OF A SACRED DEER

Ohjaaja: Yorgos Lanthimos
Käsikirjoittajat: Efthymis Filippou ja Yorgos Lanthimos
Näyttelijät: Alicia Silverstone, Barry Keoghan, Colin Farrell, Nicole Kidman, Raffey Cassidy
Pituus: 115 min
Valmistumisvuosi: 2017

THE KILLING OF A SACRED DEER

Steven (Colin Farrell) on taitava sydänkirurgi, joka on naimisissa arvostetun silmälääkärin (Nicole Kidman) kanssa. Varakkaalla pariskunnalla on kaksi teini-ikäistä lasta.

Steven saa potilaakseen 16-vuotiaan isättömän Martinin (Barry Keoghan), ja ottaa tämän siipiensä suojaan. Kun Steven esittelee Martinin perheelleen, tapahtumat saavat synkän käänteen ja perheen elämä kääntyy ylösalaisin. Selviää, että pojan isä on kuollut Stevenin suorittamaan sydänleikkaukseen eli nyt on tilinteon aika.

Lopulta Steven on vähällä menettää kaiken ja joutuu tekemään kauhean uhrauksen.

Liekö syynä ohjaajan kreikkalainen syntyperä, mutta tarinan juoni hakee vaikutteita Kreikan mytologiasta, jossa Mykenen kuningas Akamemnon tappaa Artemis-jumalattaren valkoisen peuran ja lepyttääkseen Artemiin vihan uhraa tyttärensä Ifigeneian.

Elokuva alkaa varsin rauhalli-



sella poljennolla, mikä saa katsojan ahdistumaan, koska kohta tapahtuu varmasti jotain pahaa.

Yllättävää on, kuinka vaisun roolisuorituksen Nicole Kidman tekee, kun sitä vastoin Barry Keoghan panee parastaan luodakseen mahdollisimman epämiellyttävän hahmon kosta janoavana poikana.

Elokuva sisältää niin paljon symboliikkaa ja päällekkäisiä merkityksiä, että tarina ei täysin aukene yhdellä katsomiskerralla.

Joka tapauksessa yksi viimeaikojen merkisimmistä ja vaikuttavimmista elokuvista.



DVD-elokuvia



WIND RIVER

Ohjaaja: Taylor Sheridan
Käsikirjoittaja: Taylor Sheridan
Näyttelijät: Jeremy Renner, Elizabeth Olsen, Julia Jones, Kelsey Asbille
Pituus: 103 min
Valmistumisvuosi: 2017

WIND RIVER

Kokenut riistanjäljittäjä Cory Lambert (Jeremy Renner) löytää nuoren naisen ruumiin lumesta keskellä Wyomingin erämaata. Kaikki viittaa siihen, että nainen on raiskattu julmasti, ja että hän on paennut koko yön avojaloin lumisessa maastossa.

FBI lähettää paikalle tutkinnanjohtajaksi nuoren agentin Jane Bannerin (Elizabeth Olsen) Las Vegasista.

Suomalaiskatsojalle Wyomingin lumiset maisemat tuntuvat yllättävän kotoisilta, mutta Las Vegasin helteistä lennätetty naisagentti on heti vaikeuksissa sopivan vaatetuksen puutteessa ja täysin oudossa ympäristössä intiaanireservaatien keskellä.

Yhdessä tämä epäsuhtainen pari aloittaa salaperäisen murhan tutkinnan, jonka johtolangat vievät suoraan Coryn omille juurille vanhaan intiaanireservattiin.

Elokuva ei ole pelkkä rikosdraama, vaan ottaa voimakkaasti kantaa alkuperäiskansojen – tässä tapauksessa intiaanien – kohteluun ja elinolosuhteisiin. Asuinpaikkasi sanelee pitkälle elämäntapasi, on selvä viesti.



Jeremy Renner tekee varmasti yhden parhaista roolisuorituksistaan ellei jopa parasta. Väittäisin hänen olevan ehdottomasti yksi aliarvostetuimmista Hollywood-tähdistä. Myös kuolleen intiaanitytön isää näyttävä Gil Birmingham tekee vahvan roolisuorituksen avaten länsimaiselle katsojalle oven intiaanien sielun maailmaan.

Naiskatsojat odottelevat varmasti, syttyykö pääosaparin kesken "kipinää", mutta joutuvat pettymään – Cory Lambert pitää toki yhteyttä ex-vaimoonsa ja rakastaa poikaansa, mutta on kuitenkin luotu yksinäiseksi sudeksi erämaan keskelle.

Tarinan kehittäly etenee rauhalliseen tahtiin, mutta loppuratkaisu on sitäkin rivakampi ja väkivaltaisempi.

Kimmo Janas

Monet kansalaisjärjestöt maailmalla ovat ottaneet ihmisoikeuskysymykset keppihevosekseen ja järjestöjen toiminta on politisoitunut.

Kauniista puheista huolimatta monen järjestön taustalta löytyy myös tunnettuja terroristijärjestöjä.

Kansalaisjärjestöjen toimintaa tarkkailevan israelilaisen NGO Monitorin Euroopan osaston johtaja Shaun Sacks vieraili keväällä Suomessa tavaten mm. suomalaisia kansanedustajia ja vaikuttajia.

Hän keskittyi matkallaan pitämässään luennoissa selvittämään BDS-liikkeen (Boycott, Divestment, Sanctions) rahoitusta ja liikkeen taustakuviota.

Tuetaanko verovaroidemme terrorismia?

BDS-liikkeen taustakuviota. BDS-liikkeen pyrkii boikotoimaan Israelia ja israelilaisten tuotteiden kauppaa monin eri tavoin. Päätaavoitteena liikkeellä on turva-aidan purkaminen, tasavertaisten kansalaisoikeuksien saaminen ja palestiinalaisten pakolaisten palaamisoikeus.

Vaikka tavoitteet saattavat kuulostaa hyvin humaaneilta, BDS-liikkeellä on yhteys moniin terroristijärjestöihin. Taustalta löytyy esimerkiksi Council of National and Islamic Forces in Palestine, joka on kattojärjestö EU:nkin terroristijärjestöiksi määrittelemille Hamasille ja Islamic Jihadille.

Läpinäkymättömyys ongelmana

Suomi tarjoaa sekä suoraa että epäsuoraa taloudellista tukea israelilaisille ja palestiinalaisille kansalaisjärjestöille eri kansallisten ohjelmien kautta. Suoraa tukea jaetaan Suomen Tel Avivin suurlähetystön sekä Ramallahissa sijaitsevan edustuston kautta.

Epäsuoraa taloudellista tukea kulkee puolestaan Kirkon Ulkomaanavun välityksellä, joka saa varansa hyvin pitkälle Suomen ulkoministeriöltä.

Suomalaisten verovarojen käytössä eri järjestöjen avustuksiin on Sacksin mielestä ongel-

mana suomalaisen järjestelmän läpinäkymättömyys.

– Siinä missä muiden kehittyneiden maiden avustusbudjetit ovat kenen tahansa luettavissa, Suomen avustusvaroja on vaikea tai joskus jopa mahdoton seurata. Eli verovaroista maksettavia avustuksia voidaan myöntää järjestöille ilman että tiedetään, mihin rahat itse asiassa menevät, Shaun Sacks huomauttaa.

Esimerkiksi Tanskan ulkomi-

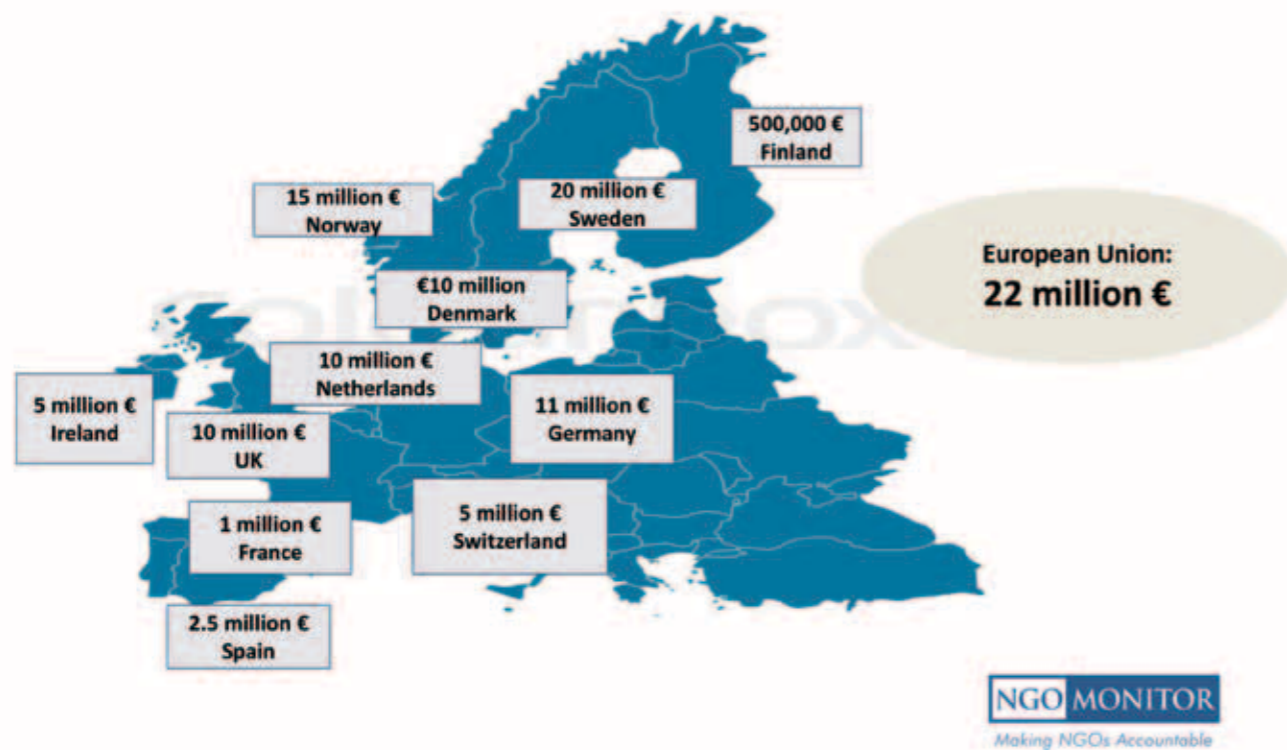
▼ Euroopan hallitukset tukevat kansalaisjärjestöjä Israelissa ja palestiinalaisalueilla vuosittain 100 miljoonalla eurolla.



ABOUT NGO MONITOR

FOLLOW THE NGO MONEY

EUROPEAN GOVERNMENTS: 100 € MILLION PER YEAR TO NGOs in Israel & PA



nisteriöllä on hänen mukaan suorastaan loistavat nettisivut, joissa hyvin yksityiskohtaisesti näytetään, mihin mikään avustus on mennyt.

– Vaikka Suomen avustussummat eri kansalaisjärjestöille ovatkin huomattavasti pienempiä kuin monen muun EU-maan, ei luulisi olevan mahdotonta kertoa julkisesti, mihin varat on käytetty.

Suomen suurlähetystöllä Tel Avivissa on oma kehitysapubudjettinsa, ja lähetystön nettisivuilla on helppo jäljittää avustettavat projektit, päivämäärät ja avustussummat. Ramadan edustuston

▼ Yksi antisemitismin väline ovat karrikatuurit ja pilakuvat.

kohtalla taas jaettava informaatio on hyvin yleisellä tasolla eikä avustuseurojen saajia ole helppo saada selville.

Pohjana moraalinen selkäranka

BDS-aktivistit eivät enää nykyään puhu suoraan Israelin vastaisista toimista vaan verhoavat sanomansa puhumalla esimerkiksi ihmisoikeuskysymyksistä jne.

Kirkot edustavat yleisistä ns. moraalista selkärankaa, jonka johdosta BDS-liike kohdistaa työtään juuri eri kirkkokuntiin – ja on valitettavasti myös onnistunut työssään. Suurimpia BDS-työn rajoittajia ovat viime vuosina olleet Norjan, Tanskan ja Ruotsin kirkot sekä Kirkon Ulkomaanapu. Lisäksi mm. Presby-

teerikirkko USA:ssa ja Britannian Metodistikirkko ovat olleet varsin aktiivisia.

Kirkon Ulkomaanapu on suurin suomalainen kehitysyhteistyöorganisaatio ja toiseksi suurin humanitaarisen avun tarjoaja. Järjestö toimii 13 eri maassa ympäri maailmaa. Kirkon Ulkomaanavun ilmoituksen mukaan työn pohjana on oikeusperustaisuus, joka tarkoittaa, että toimintaa ohjaavat tasa-arvo, syrjimättömyys ja vastuullisuus. Työtä ohjaavat strategiset teemat: oikeus rauhaan, oikeus koulutukseen ja oikeus toimeentuloon.

Vuosina 2015-2017 ulkoministeriön budjetoitu tuki Kirkon Ulkomaanavulle oli 28,2 miljoonaa euroa. 2016 Kirkon Ulkomaanavun Lähi-idän budjetti

▲ – Kehitysapu on hyvä ja ihailtava asia, mutta mielestäni veronmaksajien kannalta olisi tärkeä tietää, mihin apua ja avustusvaroja käytetään, huomauttaa NGO Monitorin Euroopan osaston johtaja Shaun Sacks.

oli 3,3 miljoonaa euroa, josta 480 000 euroa oli kohdistettu palestiinalaisalueille. Tuona vuonna Ulkoministeriö myönsi Ulkomaanavulle 900 000 euroa, ja yksityisiltä lahjoittajilta tuli 1,1 miljoonaa euroa käytettäväksi Lähi-idässä.

– Mielestäni on suorastaan järkyttävää, että Kirkon Ulkomaanapu on vuosina 2013-2016 tukenut Zochrot -nimistä israelilaista järjestöä, joka pyrkii avoimesti murentamaan juutalaisvaltiota ja luomaan sionistivapaan





◀ EAPPI:n vapaaehtoiset ihmisoi-keustarkkailijat kiertävät varsin ohjatusti Länsirannalla pari kuukautta ja raportoivat kotiin palattuun näkemästään – useimmiten varsin mustavalkoisesti.

▶ Palestiinan valtion, Sachs toteaa. – Onko Suomen kirkon periaatteiden mukaista olla tukemassa juutalaisvaltion lopettamiseen tähtäävää järjestöä?

Tarkkailijoita matkaan
Kirkkojen Maailmanneuvoston perustama EAPPI (Ecumenical Accompaniment Programme in Palestine and Israel) lähettää

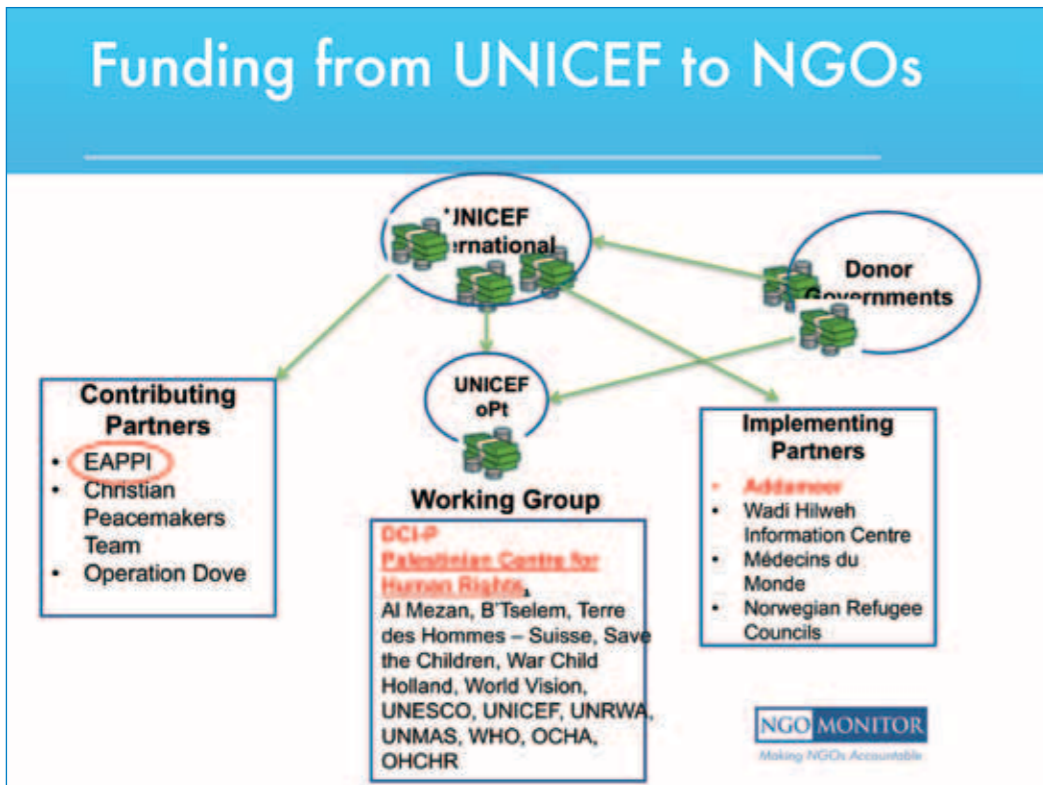
vuosittain vapaaehtoisia Länsirannalle ”todistamaan elämä miehityksen alla”. Vapaaehtoiset käyvät ennen matkaansa koulutusjakson, jossa heidät joidenkin

mielestä suorastaan aivopestään näkemään asiat hyvin mustavalkoisina. Ja tarkkailumatkaltaan palattuun nämä vapaaehtoiset osallistuvat BDS-kampanjoihin syyttäen Israelia apartheidista ja puolustavat palestiinalaisten oikeutta paluuseen.

Kirkon Ulkomaanapu on EAPPI:n suomalainen yhteistyökumppani, mikä ei tietenkään yllätä, ovathan EAPPI samoin kuin Kirkkojen Maailmanneuvosto avainrooleissa kirkon BDS-ponnistuksissa.

– Pelkään, että Suomen valtion tuki Israelin vastaisille organisaatioille saattaa pitkässä juoksussa tulehduttaa Suomen ja Israelin hyvät suhteet, samoin kirkon toimien ansiosta kristittyjen tarkoituseriä aletaan miettiä, toteaa Shaun Sacks ja kertoo monien luterilaisten kirkkojen eri maisa kääntyvän vähitellen yhä voimakkaammin Israelin vastaiseen toimintaan.

◀ Myös UNICEF:n kautta kulkee varoja epäilyttäviin kohteisiin.



Kukkia juhlaan ja arkeen – iloon ja suruun

- Myös kukkatoimitukset
- Pitopalvelumme ruoka on hyvää... – kannattaa kysyä!

Joensuun Hautaustoimisto
Leo Vatanen

Yläsatamakatu 10, Joensuu puh. (013) 223 633
• 0400 271 956 • Palvelemme ark. 9–17, la 7–12
leo.vatanen@elisanet.fi • www.leovatanen.fi

Maallinen läpikulukumatka

Jussi Kosola

Tiä on sanana meirän jokahitten käytös, ja siiton tehty lukematon määrä kibalehia: On the road again, Maantiälle vaan taharon tuntemattomaha, Maanteiren kunkku jne.

Tiällä oomma viittänehet ittekukin määräämättömän aijan elämästämmä, ilman teitä ei vaan elämästä tulis mitään.

Monille se taruaa työpaikan: autoolun ammattilaisille ja töihin suurin osa väestöstä menöö... niin... tottakai teitä pitkin.

Kuka tiätää laskia palioko työpaikkoja tiät on järjestäny muutamalla esimerkillä lairasta laitaha: raivaajat jorkkon wörkkinehet aikojen aluusta, sittemmin ku teknologia on tullu avuksi, nii joitakuita siltaisinööriä, asfalttifirmoja, navigaattorien kehittäjiä jne.

Työllistävää vaikutus kaikenkaikkiaan... ja tuloo olemaha maailman tappihi.

Näinä aikoon on noussu otsikoihin teitten kunnospito. Lähinnä nyt jo selätettyä talavia.

Tiät vaan on ollu niin huanolla hoirolla olosuhteet huomioonottaan, notta siion tapahtunu niin monia ihmishenkiä vaatinehia onnettomuuksia ja jokahinen onnettomuus, mihinä tällästä tapahtuu, on tottakai niin suurta surua tuattavaa, mihinkä on maharottomuus yrittääkkään sanoolla sitä määritellä.

Nyt saattaa joku tuumata, notta laittaako pakinoottija ny onnettomuuret tiänhoiron piikkihi, vaikka jokahitten autos on ratti, jarru- ja kaasupoliin.

No johannyttoki on, mutta ku mun kaveriis on esim. rekkakuskia, jokka kuvaaloo tilannetta heirän perspektiivistänsä: miltä näyttää ku on tonnia takana julumetusti ja eres peilikirkas tiä, eikä yksin stooriis vaan kuvattuna kojettaulukameralla ilman kuvamanipuloontia.

Seuraava kannanotto ei oo mun tuatosta, vaan näiren rahtarien; kertomukses lähtöö vähemmän mairittelevat kiitokset nykyiselle liikenneministerille, joka teköö eherotuksia sähköpyörän tiimoolta samalla väittään, notta ei tiänhoitokuvioos oo mitään ongelmia...

Pakinoottija nyvvaan täs kuuloo realiteettia ammattilaisten näkövinkkelistä eikä siihen oo muuta lisäämistä, ku notta Siunausta teille!!!

Sitähän jokahinen tarttoo elämänmitaasella matkalla, olimma sitte highwaylla, rautatiällä, taikka Jokitiällä joka on mummiällestä komiin tiä, mikä maailmasta löytyy ja tiärän notten oo ainut pohjallaan joka tätä komppaa.

Anyway, kertomus huipentuu pitkätukaasehe & partaasehe kaverihi, joka ei em. määritelmistä hualimata ajanu Harrikalla eikä ollu ZZ-Topista, vaan Nazaretin kaveri; kaikkien meirän jokkoomma lyättäytynehet Hänen kimpphan, ja erelleen Hän kutsuu porukoohinsa jokahista, oli sitte mitä rotua, aatetta, yhteeskuntaluakkaa jne. tahansa.

Tämä kutsu on voimas tänäki päivänä ja mukki on valtuutettu keräämähä uusia jäseniä tälle tiälle ilman vaatimuksia onnistumisistas/epäonnistumisistas. Niitei lasketa.

Tämä kutsu kuuluu jokahittelle ja sun lukija tehtäväs on pysähtyä hetkeksi Nazaretin puusepän kertomuksen äärelle.

Hän karahutti aikansa Jerusalemihi liisinki-aasilla, jolloon väki heitti baanalle palamunoksia, viittojansa ja mitä kullaki oli, osoottaaksensa kunniootusta tälle Kingille, joka oli loppumatkan varrella vielä rempannu kaharen sokian näön, asentaan Taivahalliset pitkätvalot heillekki.

Tämä Jerusalemin keikka ei maallisesti mittarootuna Hänen kohorallansa päättyny hyvin...

Kualemantuamio langetettiin Hänelle siitä hualimatta, nottei Hän syyllystyny mihinkään 10 käskyn rikkomisehe... Ei... Vaan päivvastoon, Hän täytti ne kaikki!

Kirijaviisihat syyllysti/langetti Hänet kualemantuamion ”ansanneheksi” ja saivat tahtonsa läpille, vaikka Pilatuski koitti viimeesehe asti pualustaa tätä viattomaksi kokemaansa persoonaa.

Niinhän sitte käytihi, notta tämä maailman kiistellyyn persoona tuamittihi ristihinnalittavaksi, jolloon Hänet vielä määrättihi kantamaha ristinsä tiällä nimeltä Via Dolorosa Golgataa kohoren...

Ristihinnalittujen synnit oli kiriootettu ristin yläpuolelle niinku tapana oli: Jeesus Nazaretilaanen, juutalaisten kuningas, luki Hänen plakaatis ja siitaki tuli pyyhkeetä. Ei auttanu rotestit ku Pilatus lausuu: Kiriootit minkä kiriootit!

Tiä, maallinen läpikulukumatka kohoren iankaikkisuutta kulukoo meirän jokahitten kohoralla loppometriillä joko Golgatan verisen kirkkotiän kautta tai sitte ei.

Kumman kannan lukija otat Jeesusen Kristuksen, Vapahtajan nimehe?

Hänen Sanansa on tariolla meille jokahittelle: ”Minä olen tie, totuus ja elämä. Ei kukaan pääse Isän luo muuten kuin minun kauttani.

Pohojammmaan kautta...

Mikko Oinonen on tehnyt pitkän työuran orkesterimuusikkona. Eläkkeelle siirtymisen myötä on leipätyö vaihtunut mieluisaksi harrastukseksi. Ja kiinnostus musiikin terapeuttiseen vaikutukseen ihmisaivoissa on lähtenyt uuteen lentoon.

Jyväskylässä koko elämänsä asunut ja vaikuttanut Mikko Oinonen on sukupolveltaan vahvasti keskisuomalainen. Jatkosodan aikana syntynyt muusikko on kokenut lapsuudessaan asumisen ahtauden, mutta samalla myös yhteisöllisyyden voiman ja sosiaalisen vuorovaikutuksen, jotka ovat olleet arvokkaita, elämänmittaisia matkaväittäjä.

Mirkkolan koulusta

Lapsuudessaan Mikko kertoo olleensa joka paikkaan kerinnyt, konna-koukkuinen kolttiainen. Hänen onnekseen kansakoulun kolmannelle luokalle siirryttäessä tuli opettajaksi legendaarinen, myöhemmin opetusneuvoksen arvonimen saanut Kalle Mirkkola (1925–2018), joka oli suuri patriootti ja armoitettu musiikkimies.

– Muistelen viime talvena edesmenneitä opettajani suurella lämmöllä ja kunnioituksella. Hän oli opettajana aikaansa edellä keskeyttäen oppitunnit useasti lauluhetkiin ja hänen oikeudenmukainen kurinpitoitonsa oli myös minuun syvän muistijäljen jättävää.

Yhteydenpito entisen opettajan ja hänen oppilaansa välillä jatkui lähinnä musiikin merkeissä vuosikymmenten ajan. Ja kohtaamiset olivat aina yhtä ilahduttavia molemmiin puolin.

– Kyllä Kalle oli minulle tärkeä idoli kouluvuosista lähtien, Mikko kiteyttää kansakoulunopetta-



Musiikkimiehiä

jansa merkityksen.

Keskikoulun ja lukion Mikko Oinonen kävi Jyväskylän Lyseossa, joka on perustettu vuonna 1858 ollen siten maamme vanhin suomenkielinen oppikoulu.

– Varsinkin lukiossa musiikki vei niin suuren osan ajastani, ettei läksyjen teolle jäänyt aikaa, Mikko kertoo ja jatkaa, että hän soitti tuolloin Paul Erik Fagerlundin yhtyeessä, ja soittokeikkoja teinipojilla riitti.

Ylioppilaaksi vuonna 1963

kirjoittanut Mikko Oinonen harmittelee entisen opinahjonsa kohtaloa: vuonna 1902 valmistunut arkkitehti Karl Werner Polónin suunnittelema pääarakennus otettiin sen kulttuurihistoriallisen arvon ymmärtävien suureksi järkytykseksi pois käytöstä sisäilmaongelmien vuoksi vuonna 2012.

– En voi käsittää, että rakennus voidaan korjata pilalle, eikä korjauksen suorittanut urakoitsija joudu virheistään vastuuseen,

▲ Musiikista on muodostunut Mikko Oinoselle mieluisa elämäntapa.

hämmästelee lyseorakennuksen ullakon sopukoita myöten tunteva Mikko.

Kontrabassosta syntikkaan

Erityispedagogiikan opintonsa Mikko Oinonen aloitti Jyväskylän yliopistossa (silloinen kasvatusopillinen korkeakoulu), mutta sairastuminen keskeytti



► Ensijaisesti kevyttä klassista musiikkia soittava Karin Parhaat -yhtye on esiintynyt nelisen vuotta. Vasemmalta lukien: Kari Hokkanen, Toni Elgland, Mikael Elgland sekä Mikko Oinonen.

opinnot, eikä hän sinne myöhemmin enää palannut.

Koulutus ja työpaikka järjestyivät Mikolle kuitenkin samassa paketissa, kun hän sai orkesterinjohtaja Ahti Karjalaisen myötävaikutuksella oppisopimuspai-kan Jyväskylän kaupunginorkesterista (nykyinen Jyväskylä Sinfonia). Instrumentiksi valikoitui kontrabasso, johon hänellä ei ollut entuudestaan syvempää kosketuspintaa, vaikka oli-kin sitä RUK:ssä soitellut.

Työ opetti kuitenkin tekijänsä. Ja Mikko Oinonen toimi yhteensä 38 vuotta Jyväskylän kaupunginorkesterin kontrabasistina ja vuosikaudet myös kontrabasso-ryhmän äänenjohtajana. Jäät-ään eläkkeelle 2000-luvun puoli-välissä hän ei aikonut enää kontrabassoon tarttua, kunnes noin vuoden kuluttua mieli muuttui. Ja vanha veri veti estradille.

– Minut pyydettiin mukaan Salonkiorkesteriin ja sitä kautta Operetteateri Bravoon, ja siitä alkoi uusi startti, Mikko Oinonen naurahtaa.

Nykyään päivät täyttyvät monenlaisista musiikkiaktiviteeteista alkaen mukanaolosta Karin Parhaat -yhtyeessä. Lisäksi ohjelmassa on oma produktio Mikon Musiikkihetki sekä viimeisimpänä meditaatiomusiikin soittaminen Sepän Kipinässä, joka on Jyväskylän seurakunnan kokoontumistila arjen sykkees-sä Kauppakeskus Sepässä. Työn alla ovat myös niin kutsutut soivat luennot, jotka sisältävät musiikkiin liittyvää terveystietoutta omalla musisoinnilla täydennettynä.

– Esiintymistilaisuuksia, joista useimmat ovat eri hoitolo- toksissa, saattaa kertyä minulle toistakymmentä kuukaudessa ja siihen vielä harjoitukset päälle, mutta antaessaan saa monin verroin enemmän takaisin, kertoo vapaaehtoistyötä antaumuksella tekävä Mikko Oinonen.

Ennakkoluulottomasti tekniikan suhtautuva Mikko ryhtyi muutama vuosi sitten soittamaan kontrabasson rinnalla sähköistä puhallinsoitinta, mikä mahdollis- taa sooloesiintymiset.

– Minulla on näissä esiintymistilaisuuksissa äänentoiston lisäksi mukana myös tietokone, josta löytyvät sekä nuotit että

taustamusiikit. Ja itse ohjelmito- ni lähtee liikkeelle klassisesta musiikista päätyen viihdemusiik- kin helmiin jatsia unohtamatta.

Musiikki aktivoi aivoja

Terveys- ja hyvinvointiasiat ovat kiinnostaneet Mikko Oinosta pitkään. Hänellä oli vuosia FinnMSM Oy -niminen yritys, joka markkinoi rikkiä sisältävää MSM-jauhetta ensisijaisesti nivelkipuihin. Tutuksi ovat lukijoille tulleet myös hänen terveysblo- gikirjoituksensa.

– Jossakin vaiheessa minulla oli tavoitteena kirjoittaa vuo- den jokaiselle päivälle jokin terveysvinkki, mutta siihen ei aikani kuitenkaan valitettavasti riittänyt. Joskin kahteen sataan kirjoitukseen pääsin.

On ymmärrettävää, että terveystietoisena musiikin ammattilai- sena Mikko Oinonen on erityisen kiinnostunut musiikin vaikutuksesta aivoihin. Ja siltä saralta on saatukin paljon tieteellisesti tutkittua urauurtavaa faktaa.

– Musiikkiin on todettu alenta- van yksiselitteisesti verenpaineta, vähentävän kroonisia kipuja jopa 25 prosentilla ja hidastavan muistisaira- uuden etenemistä sekä parantavan vanhusten mielialaa ja vireyttä. On tapauksia, joissa vuosia puhumaton dementikko on tutun laulun kuullessaan yhtynyt monisäikeiseen lauluun ja saattanut sen jälkeen jopa pu- huakin.

Mikko Oinonen alleviivaa, että hoitolaitoksissa musiikki voisi toimia siltana potilaan, hoitohenkilökunnan ja omaisten välisessä vuorovaikutuksessa. Ja hän uskoo, että tulevaisuudessa lääkärit voivat kemiallisten, sivu- vaikutuksia aiheuttavien lääkkeiden sijasta määrätä potilailleen musiikkireseptejä liikuntareseptien tapaan. Ja sitä parempi aivoille, jos musiikkiin liitetään vielä tanssi, sillä tanssissa yhdistyvät loistavasti musiikki, liikun- ta ja itseilmaisuus.

Omasta vireydestään perheen, musiikin, liikunnan ja kiel- tenopiskelun avulla huolehtiva Mikko sanoo haluavansa viettää elämänsä loppuvuodet ilman ris- tiriitoja ja tyhjänpäiväistä kissan- hännänvetoa.

– En halua riidellä, sillä siinä aika menee täysin hukkaan.

Tuhopoltot Israelin maataloutta vastaan jatkuvat

Etelä-Israelissa riehuvat maastopalot ovat tähän mennessä aiheuttaneet jo yli 3 000 hehtaarin tuhot maatalousalueilla ja levinneet vaarallisen lähelle asutusalueita ja koteja. Palomiehet tarvitsevat kiireellisesti lisää sammutusvälineitä, jotta Gazasta lähetettävät tulileijä ja niistä leviävät tulipalot saadaan sammutettua.

Tulipaloista maanviljelijöille aiheutuneet menetykset ovat tähän mennessä jo useita miljoonia euroja ja menetykset suurenevät, mikäli tilannetta ei pian saada hallintaan.

ICEJ on tähän mennessä sponsoroinut yhden paloauton, mutta Israelin palomiehet tarvitsevat niitä kiperästi lisää. Tarvitsemme sinun apuasi, jotta voimme hankkia lisää paloautoja.

Israel numeroina

Israelissa asuu tällä hetkellä noin 8,8 miljoonaa ihmistä, joista 75 % on juutalaisia ja 19 % arabimuslimeja. Juutalaisista 44 % on maallistuneita ja loput ovat perinteitä noudattavia tai uskonnollisia juutalaisia. Messiaanisia juutalaisia, jotka uskovat Jeesukseen, on noin 10 000. Arabikristittyjä on 2 % väestöstä, eli lukumääräisesti heitä on noin 165 000. Lisäksi Israelissa asuu armenialaisia, druseja ja muita vähemmistöryhmiä. Jerusalem on Israelin suurin kaupunki, jossa asuu tällä hetkellä noin 880 000 asukasta. Israeliin syntyi viime vuoden aikana noin 180 000 lasta ja 27 000 juutalaista muutti takaisin esi- isiensä maahan. Itsenäistymisen jälkeen Israeliin on muuttanut yhteensä kolme miljoonaa uutta asukasta. Israelissa asuvista aikuisista 89 % on tyytyväisiä elämäänsä.

Toivoa huumeriippuvaisille

Huume- ja alkoholiriippuvuudet muuttavat lähtemättömällä tavalla ihmisen elämän. Ihminen voi menettää perheensä, työnsä ja joskus jopa elämänsä sen vuoksi. Riippuvuuksien kanssa kamppailevat ihmiset joutuvat usein kohtaamaan yksinäisen ja pimeän tien, josta on vaikea löytää yksin takaisin normaaliin elämään.

Haifassa, Israelissa sijaitseva huumeriippuvaisille tarkoitettu Voiton koti on paikka, jossa huumeriippuvaiset saavat tukea ja apua ongelmiinsa. Voiton kodissa työskentelevä Raja tapaa ihmisiä viikoittain myös kaduilla. Voiton koti on tarkoitettu erityisesti arabeille, mutta talo on avoin kaikille.

Voiton talossa ihmiset saavat mentorointiapua ja kuulevat evan- geliumin Jeesuksesta.

Paraguay avasi suurlähetystönsä Jerusalemissa

Paraguayn presidentti Horacio Cartes ja Israelin pääministeri Benjamin Netanjahu juhlistivat maanantaina 21. päivä tou- kokuuta kolmannen suurlähetystön avaamista Israelin pää- kaupungissa, Jerusalemissa. ”Jerusalem on tunnusmerkki siitä, että maailmanlaajuinen poliittinen kartta on muut- tunut: Yhä useammat maat tukevat meitä ja haluavat vahvistaa suhteita meidän kanssamme. Viime vuosien aikana Paraguay on monilla rohkeilla päätöksillään osoittanut, että se on meidän todellinen ystäväme”, sanoi Israelin yleisen turvallisuuden ministeri Gilad Erdan.

Myös Romania, Tšekin tasavalta ja Honduras ovat kertoneet harkitsevansa suurlähetystöjensä siirtämistä Jerusalemiin.

World Watch List 2018: Joka neljäs kristitty kokee Aasiassa vakavaa vainoa

Pohjois-Korea ja Afganistan ovat maailman vaarallisimmat maat elää kristittyinä, ilmenee World Watch List 2018 -listauksesta.

Joka neljäs Aasiassa asuva kristitty kokee vakavaa vainoa vakaumuksensa vuoksi ja Afrikassa joka kahdeksas kristitty. Koko maailmassa vakavaa vainoa kokee yli 215 miljoonaa kristittyä eli joka kahdestoista kristitty. Kristittyihin kohdistuvan vainon voimakkuus on kasvanut maailmassa tasaisesti viime vuosien aikana erityisesti radikaali-islamien ja uskonnolli-

sen nationalismin lisääntymisen johdosta. Myös surmatapaukset ovat lisääntyneet edellisvuodesta.

Afganistan ohitti Pohjois-Korean

Pohjois-Korea ja Afganistan ovat saaneet suurimmat pistemäärät kristittyjen vainoa mittaavassa World Watch List 2018 -listauksessa. Kansainvälisen Open Doors -järjestön julkaisema World Watch List kokoaa vuosittain 50 maata, joissa kristityt kokevat vakaumuksensa vuoksi eniten vainoa maailmassa. Vuoden 2018 World Watch List on koottu ajanjaksolta 1.11.2016–31.10.2017. Pohjois-Korea on ollut listan ykkösenä joka vuosi

vuodesta 2002 lähtien. Afganistan nousi nyt listan kakkoseksi Somalian ohi edellisvuoden kolmosijalta.

– Kristittyjen asema on Afganistanissa lähes yhtä huono kuin Pohjois-Koreassa. Pelkkä epäily kääntymisestä kristityksi riittää Afganistanissa siihen, että suku tai viranomaiset voivat tappaa henkilön. Tämä alleviivaa sitä vastuuta, mikä turvapaikanhakijoiden päätöksiä käsittelevillä viranomaisilla on Suomessa, Open Doors Finland ry:n toiminnanjohtaja Miika Auvinen toteaa.

Vainoamisen kärkikymmenikössä ovat nyt vakavuusjärjestyksessä Pohjois-Korea, Afganistan, Somalia, Sudan, Pakistan, Eritrea, Libya, Irak, Jemen

ja Iran. Kristittyihin kohdistuvia väkivaltaisuuksia mittaavalla asteikolla vain Pakistan sai täydet pisteet, mutta kokonaisuutena vainoa mitattaessa maa oli listan viides.

Kristittyjen kokeman vainon voimakkuus on lisääntynyt maailmassa viimeisen viiden vuoden ajan, erityisesti Aasiassa. Radikaali-islam on ruokkinut vainoja Lähi-idän lisäksi yhä enenevässä määrin myös muualla Aasiassa, kuten Filippiineillä ja Bangladeshissa. Myös buddhalaisnationalismi sekä hindunationalismi ovat lisääntyneet Aasiassa selvästi. Afrikassa radikaali-islam on vahvistanut asemiaan myös perinteisesti kristittyinä pidetyissä maissa, kuten Keniassa ja

– Tällä hetkellä yksi kahdestatoista kristitystä maailmassa joutuu uskonsa takia vakavan vainon kohteeksi. Lähi-idässä ja Aasiassa peräti yksi neljästä kristitystä joutuu kohtaamaan vakavaa vainoa, kertoo Open Doors Finland ry:n toiminnanjohtaja Miika Auvinen.

Nigeriassa.

– Siellä missä uskonnonvapaus ei toteudu, harvoin toteutuvat muutkaan ihmisoikeudet. World Watch List ei siis kerro vain yhden uskontoryhmän tilanteesta vaan heijastaa laajempaa tilannetta, Auvinen painottaa.

Intian tilanne erityisen huolestuttava

Listan uusia tulokkaita ovat Nepal ja Azerbaidžan. Suoraan listan sijalle 25 nousseessa Nepalissa hinduradikaalit ovat lisänneet kristittyihin kohdistuvaa painostusta ja väkivaltaa. Azerbaidžan nousi listan sijalle 45 muun muassa tiedonsaannin helpottumisen johdosta. Intia taas nousi listalla sijalle 15 sijalle 11.

– Intian tilanne on erityisen huolestuttava: Vuonna 2014 hallitukseen noussut hindunationalistinen BJP-puolue on julistanut luovansa Intiasta hinduvaltion vuoteen 2021 mennessä. Tämä on jo näkynyt lisääntyneenä väkivaltona muita uskonnollisia ryhmiä kuten kristittyjä, muslimeja ja sikhejä vastaan, Auvinen kertoo.

Tarkastelujakson aikana hinduradikaalit hyökkäsivät Intiassa ainakin 34 kirkkoon ja hyökkäyksiä kohdistui lähes 24 000 kristittyyn.

Vaino ei aina tarkoita surmatapauksia tai pitkiä vankilatuumioita. Esimerkiksi lomaparatiisi Malediivit on listauksessa sijalla 13, vaikka tutkimusjakson aikana maassa ilmeni vain muutamia kristittyihin kohdistuvia väkivaltatapauksia. Vaino ilmenee Malediiveilla erityisesti seurakuntiin kohdistuvana painostuksena, sillä seurakuntien kokoontumiset eivät ole Malediiveilla käytännössä lainkaan mahdollisia.

Joka kahdestoista kristitty vakavasti vainottu

– Tällä hetkellä yksi kahdestatoista kristitystä maailmassa



joutuu uskonsa takia vakavan vainon kohteeksi. Lähi-idässä ja Aasiassa peräti yksi neljästä kristitystä joutuu kohtaamaan vakavaa vainoa, Auvinen toteaa.

Maailmassa on yhteensä noin 2,48 miljardia kristittyä, joista yli 215 miljoonaa kärsii World Watch List 2018 listan mukaan vakavaa, hyvin vakavaa tai äärimmäistä vainoa. Lista päättyneissä 50 maassa elää yhteensä noin 650 miljoonaa kristittyä, joista joka kolmas (33 prosenttia) kokee vähintään vakava-asteista vainoa vakaumuksensa vuoksi.

Vakavaa vainoa kokevista yli 215 miljoonasta kristitystä 53 prosenttia elää Lähi-idässä ja muualla Aasiassa, 38 prosenttia Afrikassa, 9 prosenttia Latinalaisessa Amerikassa ja 0,01 prosenttia muualla maailmassa.

Surmatapaukset lisääntyneet edellisvuodesta

Uskonsa vuoksi surmattujen kristittyjen määrä on jälleen lisääntynyt. Ainakin 3066 kristittyä surmattiin maailmassa uskonsa vuoksi World Watch List 2018 -tarkastelujakson aikana, kun

edellisvuonna luku oli 1207. Listaukseen päätyvät vain todennetut surmatapaukset, joten määrä on todennäköisesti paljon suurempi.

World Watch List 2017 -tutkimuksessa ilmennyt surmatapausten väheneminen johtui erityisesti Boko Haramin aktiivisuuden laskusta Nigeriassa. Nyt surmatapaukset ovat jälleen lisääntyneet islaminuskoisten fanipaimenten hyökkäysaaltojen yleistessä Nigerian keskiosien kristityissä yhteisöissä. Tilannetta kuvataan raporteissa uskontoon perustuvaksi etniseksi puhdistukseksi.

World Watch List 2018 -tarkastelujakson aikana ainakin 793 seurakuntaan hyökättiin maailmassa mukaan lukien muun muassa seurakuntien omistamat sairaalat, koulut ja hautausmaat.

Auditoitu tutkimusmenetelmä

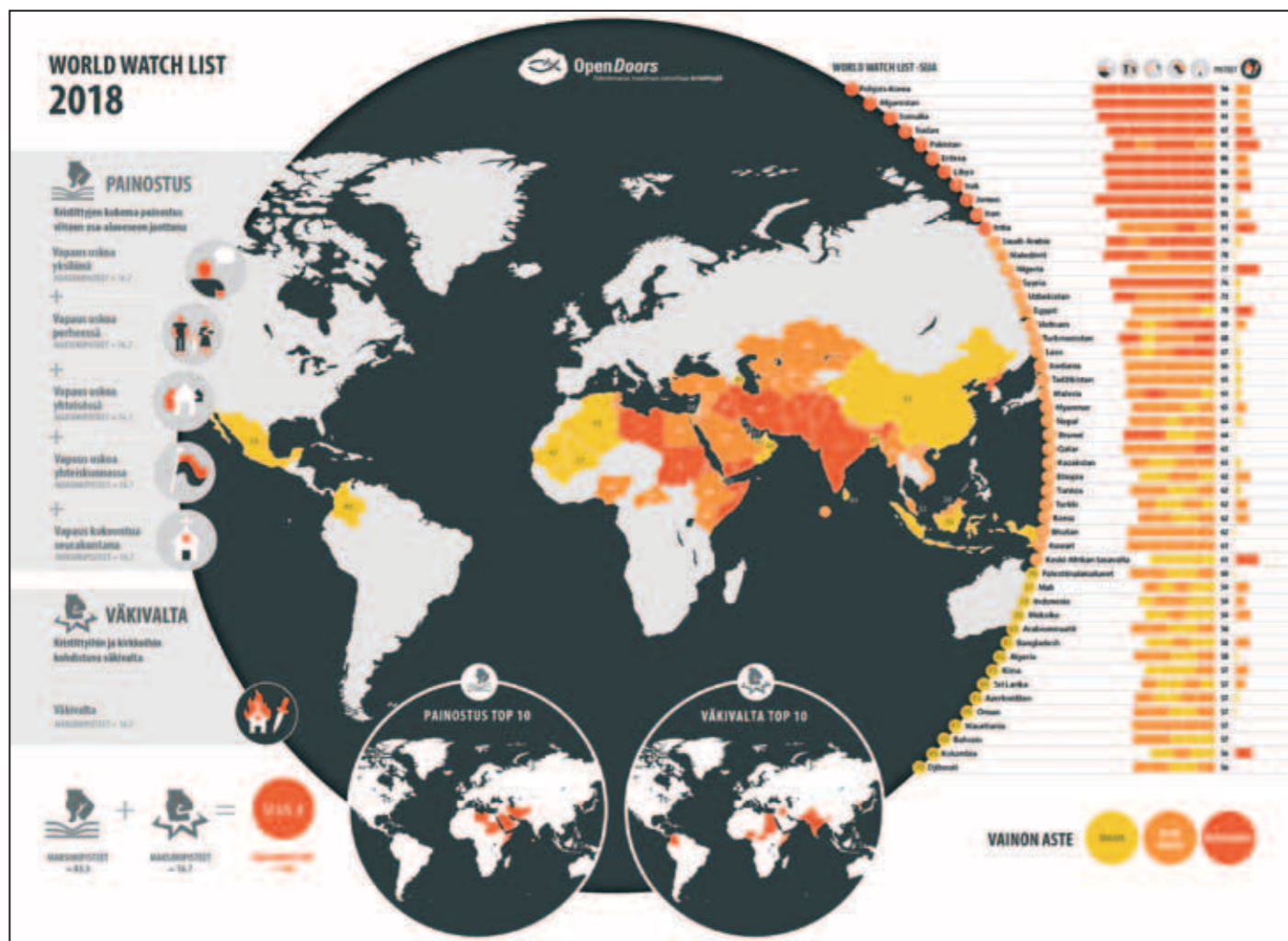
Vainolla tarkoitetaan World Watch List -tutkimuksessa rajoituksia, syrjintää tai vihamielisyyttä, jota yksittäinen henkilö tai ryhmä kokee kristillisen vakaumuksensa vuoksi. Tämä sisältää

vihamieliset asenteet, sanat ja teot kristittyjä kohtaan.

World Watch List laaditaan tutkimalla viittä elämän eri osaluuetta, joilla kristillisen uskon harjoittamista rajoitetaan tai vaihdetaan eri maissa: vapaus uskoa yksilönä, perheessä, yhteisössä, yhteiskunnassa ja seurakuntana. Listauksessa tutkitaan erikseen myös kristittyihin kohdistuvan väkivallan, kuten surmatapausten ja kirkkojen polttamisten ilmenemistä.

Kansainvälinen uskonnonvapauden instituutti (IIRF, International Institute for Religious Freedom) on auditoinut eri maiden pistemäärien laskemiseksi kehitetyt menetelmät ja maiden välisen vertailun.

Open Doors on vuonna 1955 perustettu kansainvälinen avustusjärjestö, joka toimii vainottujen kristittyjen auttamiseksi yli 60 kohdemaassa. Open Doors Finland ry toimii osana maailmanlaajuista Open Doors -järjestöä. Toiminta Suomessa käynnistyi keväällä 2015. Open Doors toimii ekumeenisesti, kristilliseltä arvopohjalta ja on poliittisesti sitoutumaton.





Risto Huvila
Israelin ihme ja presidentti Truman
Aikamedia, 2018

ISRAELIN IHME

Kun julkaisin keväällä 2015 Tosimies-lehdessä Risto Huvilan artikkelin "Presidentti Truman ja Israelin itsenäistyminen", se sai positiivista palautetta lukijoiltamme, ja on pakko myöntää, että itsekin innostuin artikkelin sisällöstä. Tuolloin ei Ristolla ollut vielä suunnitelmia aiheen laajentamisesta kirjaksi asti, mutta onneksi tuo ajatus syntyi lopulta.

Risto on tehnyt käsittämättömän määrän tutkimustyötä toukokuussa 2012 alkaneella matkallaan Harry Trumanin kanssa kerätessään aineistoa kirjaansa varten, mutta työ on ehdottomasti ollut kaiken vaivan arvoista. Israelin historiasta avautuu aivan uusi näkökulma, johon kannattaa ehdottomasti tutustua, mikäli haluaa ymmärtää maan nykyistä tilannetta median yksipuolisen uutisoinnin keskellä.

Kirja on mielenkiintoinen tarina maalaispojasta, josta kasvoi yllättävien käännteiden kautta arvostettu suurvaltajohtaja ja valtiomies, presidentti Harry S. Truman.

Samalla kirja on mukaansatempaava kuvaus nykyisen Israelin valtion syntyhistoriasta ja presidentti Trumanin ratkaisevasta roolista pitkässä, yli 2000 vuotta kestäneessä tapahtumaketjussa, jonka tuloksena syntyi Luvattu maa sellaisena kuin me

sen tänä päivänä tunnemme.

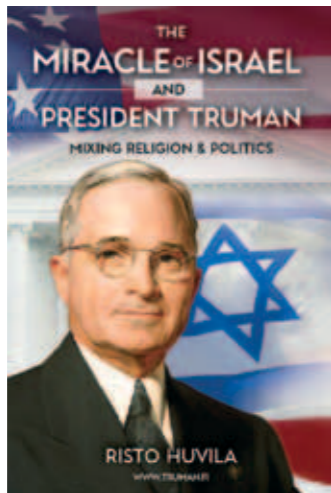
Trumanin kuuliaisuus ja usko Raamattuun toi hänet yhdeksi maailmanhistorian merkittävien päätösten tekijäksi.

Nimestään huolimatta kirja ei käsittele ainoastaan presidentti Harry Trumanin osuutta Israelin valtion synnystä vaan tutustuttaa lukijan myös Theodor Herzliin, Winston Churchilliin, Chaim Weismanniin ja Arthur James Balfouriin, jotka esittivät myös tärkeää roolia Israelin ihmeessä.

Historian rinnalla kulkevat kirjassa käsi kädessä myös Israelia koskevat Raamatun profetiat, jotka aukevat lukijalle nyt aivan uudella tavalla.

Risto Huvilan kertoma tarina on suurimmalta osalta ihmisistä ja jopa asiantuntijoiltakin ollut tähän saakka pimennossa. Olisiko tässä aihetta jopa Vuoden historiakirjaehdokkaaksi?

Kiinnostusta tuntuu riittävän, sillä kustantaja on ottanut kirjasta jo toisen painoksen.



Kesäkuun alussa Jerusalemissa järjestetyn juutalais-kristillisen rukousaamiaisen yhdessä lanseerattiin kirjan englanninkielinen versio. Onko seuraavana vuorossa hepreankielinen painos? Jäämme odottamaan.

TIE DIKTAATTORIKSI

Michael Kerrigan on skotlantilainen kirjailija ja kolumnisti, joka on julkaissut useita his-

toria-aiheisia tietokirjoja, mm. teokset Dark History: Catholic Church, Dark History: The Roman Emperors, Ancients in their Own Words ja Celtic Legends. Kerrigan asuu Edinburghissa.

Juuri suomennettu uutuuskirja "Hitler - tie diktaattoriksi" on runsaasti kuvitettu teos, joka kertoo Adolf Hitlerin tien Itävallassa vietetyistä nuoruusvuosista Saksan natsipuolueen johtajaksi ja Euroopan pahamaineisimmaksi diktaattoriksi.

Mistä kumpusi Hitlerin loputon vallanhimo ja tarve ajaa koko Eurooppa sotaan? Mistä olivat lähtöisin hänen antisemitistiset ajatuksensa ja uskonsa arjalaisen rodun ylemmyyteen? Ja miten hän onnistui saamaan koko kansan puolelleen ja nousemaan yksinvaltiaaksi modernissa demokradiassa?

Michael Kerrigan selvittää kirjassaan, millainen oli mies, jonka hirmutyöt olivat laajuudessaan ja systemaattisuudessaan poikkeuksellisia. On houkuttelevaa ajatella, että julmien tekojen takana olisi jokin yksittäinen syy, kuten väkivaltainen isä lapsuudessa tai epäonnistuminen taiteilijana. Yhtä selittävää tekijää on kuitenkin vaikea löytää, ja kokonaiskuvan hahmottamiseksi onkin tutustuttava koko tämän poikkeuksellisen miehen historiaan.

Valokuvat ja piirroset kerto-



Michael Kerrigan
Hitler - tie diktaattoriksi
Minerva, 2018

vat omaa tarinaansa miehestä, joka näyttöyty jo lapsuuden kuvissa itsevarmana ja muiden yläpuolelle asettuvana hahmona.

Kirjoittaja huomauttaa ansiokkaan teoksensa johdannossa, että Hitlerin hirmuteot olivat niin laajamittaisia, että on ensiarvoisen tärkeää selvittää, millainen mies hän todella oli.

AIKUISVIIHTEEN VAIETUT VAIKUTUKSET

Kyproksella ja Suomessa toimivan, ihmiskaupan vastaista työtä tekevän Vapautta Uhri ry:n toiminnanjohtaja Pia Rendic tekee parhaillaan käytännöllisen teologian väitöskirjatutkimusta pornografiasta ja sen vaikutuksista.

Rendicin uutuuskirja haastaa uskomukset ja väitteet, joiden mukaan porno on harmitonta ja neutraalia, näyteltyä fantasiaa vailla mitään seuraamuksia.

Kirjoittaja painottaa useasti kirjansa sivuilla, ettei hän vain lauo omia mielipiteitään, vaan perustaa väitteensä akateemisiin tutkimuksiin, asiantuntijalausuntoihin ja omiin haastatteluihinsa.

Hän haluaa nostaa esiin, mitkä ovat pornon todelliset vaikutukset paitsi tekijöilleen, käyttäjilleen ja heidän läheisilleen, mutta myös koko ympäröivälle yhteiskunnalle.

"Fantasiana julkitun pornon kääntöpuoli pitää sisällään hyväksikäytettyjä ihmisiä, särkyneitä avioliittoja, raakoja seksuaalirikoksia ja syvää riippuvuutta", Pian Rendic huomauttaa.

Eri tutkimusten paljastavien, jopa yllättävien numerotietojen lisäksi kirjan ehdottomasti koskettavinta antia ovat Rendicin haastatteleminen lukuisien hyväksikäytettyjen naisten kertomukset.

Samoin pornoriippuvuuden kanssa kamppailevien miesten haastattelut vetävät lukijan hiljaiseksi.

Pia Rendic on todennut, että työssään seksiperäisen ihmiskaupan uhrien parissa hän törmää varsin usein pornoon.



Pia Rendic
Voihan porno!
KKJMK, 2018

Hänen näkynsä onkin maailma, jossa jokainen ihminen on niin arvokas, ettei häntä haluta eikä voida käyttää kulutushyödykkeenä oman nautinnon tavoitteluun. Hän myös toivoo näkevänsä maailman, jossa miehet kasvatetaan syntymästään asti ymmärryksen naisen arvosta, että he olisivat kykenemättömiä kiihottamaan naisten hyväksikäytöstä – liittyyppä se sitten seksin ostamiseen tai pornon kuluttamiseen.

Rendic on huolissaan, kuinka pornosta on tullut median avustamana niin jokapäiväistä, että myös kristittyjen parissa on havaittavissa lisääntyvää pornon käyttöä.

Kirjoittaja ei usko, että pikkupojat syntyvät ajatuksenaan alkaa hyväksikäyttää naisia ja naisvartaloita pornon välityksellä. Se välittyy miehille pikkuhiljaa, nykyisen yhteiskuntamme arvojen tai pikemminkin arvottomuuden kautta.

"Se välittyy pojille ja miehille pornon valtavirtautumisen ja normalisoimisen myötä, jota kukaan ei ole pysähtynyt baastamaan tai kyseenalaistamaan", Rendic toteaa ja huomauttaa, että miehet ovat pornoteollisuuden tuottaman valheellisen fantasian ja miljardibisneksen

uhreja siinä missä naisetkin.

Pojat törmäävät pornoon ensimmäisen kerran keskimäärin 10-11 -vuotiaina, mutta Rendicin haastatelluista suomalaismiehistä osa on jäänyt pornon koukuun jopa alle kouluikäisenä. Kun naiskuva aletaan muodostaa jo noin nuorena täysin perverseillä esikuville, ei ole ihme jos pojat aikuistuttuaan eivät pysty luomaan aitoja ihmissuhteita vaan vertailevat kaikkea näkemäänsä ja kokemaansa pornokuvastojen antiin.

Pitkään jatkuneen pornon käytön on todettu myös aiheuttavan miehille erektiohäiriöitä sekä seksuaalisen haluttomuutta parisuhteessa.

Eli Jumalan antama seksuaalisuuden lahja turmeltu ja jää lopulta kokonaan käyttämättä.

Vaikka pornotuottajien joukkoon on alkanut ilmestyä myös naisia, naisten ehdoilla tuotettu erotiikka on vielä erittäin harvinaista. Eikä Rendic jaksa uskoa ns. "reilun kaupan" pornoonkaan, jonka luvataan olevan eettistä ja ihmistä kunnioittavaa.

Vaikka pornon haittavaikutukset ovat ilmeisiä, olisi Rendicin mielestä utopistista kuvitella, että ihmiset lopettaisivat pornon käytön. Hän vertaakin ilmiötä tupakkaan. Vaikka tupakan tiedetään aiheuttavan keuhkosyöpää, ihmiset polttavat silti. Toisilla on taustalla riippuvuus, toisilla totutus, toisilla pelkkä välinpitämättömyys.

KRIITTINEN TOIMITTAJA SELITTÄMÄTTÖMÄN ÄÄRELLÄ

Vuonna 1962 syntynyt Charlotte Rørth on tanskalainen toimittaja ja kirjailija, jolla on 25 vuoden kokemus talous- ja kulttuurijournalismista. Hän työskentelee Nordjyske Medier -kustannusyhtiössä Aalborgissa. Hän ei koskaan ole ollut erityisen uskonnollinen tai hengellisiä kokemuksia etsivä ihminen – pikemminkin päinvastoin.

Kaikki on hyvin, kunnes selettämättömän kohtaaminen espanjalaisessa La Sacra Capilla del Salvador (Vapahtajan pyhä) kappelissa muuttaa hänen elämänsä. Paikallinen vanha mummo tulee hänen luokseen ja sanoo Charlotten olevan 'valittu'.

Seisoessaan seuraavana päivänä saman kappelin sakastissa hän jäähmetty paikoilleen ja outo valo ympäröi hänet.

Lenkkeillessään viikon kuluttua kotona Tanskassa Charlotten päälle laskeutuu valojuova. Se ei tee kipeää, vaan tuntuu lämpimältä iholla ja kallistaa hänen päätään taaksepäin.

Kokemus järkyttää hänen rationaalista maailmankuvaansa ja jättää hänet syvän hämmennyksen valtaan.

"Kuinka voisin tietää, mistä on kysymys, kun en ymmärrä? Kuinka voisin tietää, että se valo on Jumala, kun kukaan ei tiedä, onko Jumalaa olemassa?" hän pohdiskelee.

Kolmen kuukauden kuluttua Charlotte matkustaa uudelleen Espanjaan ja vierailee tuossa samassa pikkukappelissa.

Suljettuaan silmänsä hän kohtaa miehen, joka ilmestyy hänen eteensä kuin hologrammina – mies on Jeesus. Tällä kertaa tämä puhuttelee häntä. Charlotte päättää maineen menettämisen



Charlotte Rørth
Tapsasin Jeesuksen
Minerva, 2018

uhallakin uskaltaa kertoa kokemastaan julkisesti.

Vaan miten rationaalisena ja kriittisenä ajattelijana tunnettu toimittaja voi selittää sen, että on todellakin tavannut Jumalan pojan ja keskustellut tämän kanssa?

Ketään Charlotten perheestä ei ole tietoisesti kasvatettu kristinuskoon tai hengellisyteen. Kuitenkaan hän ei epäile kokemustaan, sillä hän tietää tavanneensa Jeesuksen.

Journalistisella perusteellisuu-della Charlotte ryhtyy etsimään selitystä tapahtuneelle ja tutkimaan samanlaisia kokemuksia.

Yhdeksi selitykseksi tarjotaan psykoanalyttikko C.G. Jungin tunnustamaa ilmiötä eli kundanlinin heräämistä. Charlotte ei ole kuitenkaan täysin vakuuttunut selitykseen, joten hän jatkaa etsintäänsä haastatellen psykologeja, neurologeja, lääkäreitä, ja teologeja. Eräs lääkäri toteaa hänelle, että jotkut ihmiset saavat uskonnollisia kokemuksia, joita tiedemiehet eivät voi selittää.

Runsas vuoden sisällä Charlotte vierailee tutussa espanjalaiskappelissa kaikkiaan viisi kertaa ja tapaa Jeesuksen toisenkin kerran.

Yli viisi vuotta Jeesuksen esitapaamisen jälkeen Charlotte Rørth lähtee ensimmäiselle Israelin matkalleen, jossa viimein palat tuntuvat lokahtavat paikoilleen.

Tuloksena Charlotte Rørthin tutkimuksista on rohkea ja kaunis kirja, joka ei kerro uskonnosta, vaan hyvien tekojen, vastuun kantamisen ja syvän vakaumuksen merkityksestä.

Yksi selkeä muutos, minkä hän myöntää itsessään tapahtuneen, on rakkaus lähimmäisiään kohtaan.

"Oli iso asia, ettei Jeesus vaatinut minulta mitään eikä kiitellyt minua hyvistä töistäni. Hän vain ilmestyi minulle ja näytti, että Hänestä oli hyvä, että olen olemassa. Voiko sen suurempaa rakkautta olla?"

Kimmo Janas

Masennus on valtava kansanterveydellinen ongelma. Joka neljäs tai viides suomalainen sairastuu elämänsä aikana vakavaan masennukseen. Tälläkin hetkellä lähes puoli miljoonaa suomalaista syö masennuslääkkeitä. Luin Aku Kopakkalan kirjan *Masennus, suuri serotoniinihujaus* (Basam Books, 2015), ja se oli niin hyvä, että halusin tehdä sen keskeisistä asioista tänne yhteenvedon. Toivottavasti tästä on monille hyötyä! Jos asia ei ole itsellesi ajankohtainen, lähelläsi on todennäköisesti joku, jolle se todellakin on.

Kopakkala on psykologi, joka työskenteli 14 vuotta lääkärikeskus Mehiläisessä psykologisten palveluiden johtotehtävissä. Hänet irtisanottiin v. 2014 sen jälkeen, kun hän oli YLE:n MOT-ohjelmassa viitannut tutkimustuloksiin, joiden mukaan SSRI-lääkkeet – yleisimmin käytetyt masennuslääkkeet – eivät sovellut pitkäaikaiskäyttöön ja saattavat olla synnyn masennuksen kroonistumiseen.

Kopakkala kertoo kirjassa vakuuttavasti masennuslääkkeiden tehottomuudesta, niiden haitallisista sivuvaikutuksista sekä tutkimusten harhaanjohtavuudesta. Tämä aihe on sinänsä laaja enkä lähde sitä tässä kirjoituksessa avaamaan. Sen sijaan esittelen kaksi aihekokonaisuutta Kopakkalan kirjasta: masennuksen taustalla olevat syyt kootusti sekä tehokkaat lääkkeettömät hoidot.

Vaikka masennusta voidaan luokitella lukuisiin alalajeihin, nykyään painotetaan tarkkojen

diagnoosien sijasta yleistä oireilua. Puhutaan ylipäätään mielialaongelmista. Esim. ahdistus erilaisine oireiluineen on samaa kokonaisuutta masennuksen kanssa. Vaikka oireiltaan erilaisia diagnooseja on löydettävissä, niiden syyt ja parannuskeinot ovat pääpiirteissään samat.

Altistavat ja ehkäisevät tekijät

Masennuksen syyt – ja toisaalta suojaavia tekijöitä – voidaan löytää seuraavia, ja ne ilmaantuvat, jos ilmaantuvat, ihmiselämässä suurin piirtein tässä järjestyksessä:

1. Perimä eli geenit vaikuttavat, mutta niiden osuus on vaikeasti määriteltävissä. Puhutaan ns. psykopatologisesta tekijästä (p-tekijä): jos se on ihmisellä suuri, hänellä on taipumusta kokea psyykkisiä häiriöitä haastavissa olosuhteissa.

2. Varhaiset kokemukset vaikuttavat. Lapsuudenaikainen stressi, esim. menetykset, kaltoinkohtelu ja hyväksikäyttö muuttaa hermostoa: hippokampus jää pieneksi ja kortisolin säätely toimii huonosti.

3. Selkeä maailmankatsomus on suojaava tekijä. Kopakkala lainaa Victor Franklinia: ”Ihminen, jolla on selkeä tavoite elämällään, kestää takaiskuja muita paremmin.”

4. Elämäntavat vaikuttavat. Hivenaineiden puutostilat tai alkoholin liikakäyttö voi aiheuttaa masennusta. Liikunta taas on ratkaisevaa hermoston uusiutumiseen ja siten suojaaa masennukselta.

5. Merkitykselliset ihmissuhteet suojaavat. Masentunut vetäytyy, mikä pahentaa kierrettä.

6. Suoliston bakteeristo: tasapaino saattaa horjua antibiootien, ruokavalion, hygieniamuutosten, ympäristömyrkyjen tai infektioiden seurauksena.

7. Menetyksen tai ristiriidan kokeminen voi aiheuttaa sen, että voimavarat eivät riitä. Masennus kehittyy vähitellen, hitaasti, ja usein on vaikea nähdä syy-seuraussuhdetta.

8. Erilaiset psyykkiset valmiudet. Toiset ovat taipuvaisia itsesyytöksiin, ongelmien vatvomiseen, niiden kieltämiseen tai niistä vetäytymiseen. Toiset taas

Masennuksen syyt ja hoito

Aku Kopakkalan mukaan

luonnostaan toimivat itseään suojaavasti: nojaavat ystävien tukeen, hyväksyvät tosiasiat ja etsivät ratkaisuja. Tässä voidaan nähdä seuraava kehityskulku: 1. traumaattiset kokemukset 2. itsesyytökset ja vatvominen 3. psyykinen häiriö.

9. Sympaattinen hermosto yli-reagoi pitkittyneeseen stressitilanteeseen erittämällä kortisolia. Tämä lisää välittäjäaine glutamaatin erityistä aivoissa, jonka seurauksena hippokampuksen hermosoluja kuihtuu.

10. Tulehdusreaktiot: jatkuva stressitila lisää tulehdusta aiheuttavien sytokiinien eritystä. Hitaan tulehduksen arvot ovat koholla sitä todennäköisemmin, mitä vaikeampi masennustila on kyseessä.

11. Kehon rytmit hajoavat: pitkään jatkunut tulehdustila voi laittaa solujen ns. kellogeenit väärään rytmiin. Oireena on poikkeavuuksia unirytmisissä, ruumiinlämmössä, hormonierityksessä ja mielialan vuorokausirytmisissä. On kipuja ja keho tuntuu vieraalta.

Masennuksen lääkkeetön hoito tutkimustiedon pohjalta

Vähäenerginen ruokavalio on yleisterveydelle hyvä. Esim. kaksi päivää viikossa selkeästi alikaloreilla tekee keholle hyvää. Hitaat hiilihydraatit sekä useat pienet ateriat päivässä auttavat veren sokeritasoa pysymään tasaisena, mikä vähentää elimistön stressiä.

Kaura, banaani, avokado ja (varsinkin tumma) suklaa edistävät tarpeellisen serotoniinin muodostumista. Tarpeellisia ravintoaineita ovat: tyydyttymätön rasva, antioksidantit, foolihappo, B12-vitamiini ja omega-3-rasvat.

Harvard-tutkimuksessa (2013) seurattiin 43 000 sairaanhoitajaa 24 vuotta. Tulehdusta aiheuttava

ruokavalio, jolla oli vahva yhteys masennukseen, painottui puhdistettuun viljaan, limonadiin, punaiseen lihaan, teolliseen transrasvaan ja sokeriin. Tulehdusta ja masennusta ehkäiseviä ruoka-aineita taas olivat hedelmät, kasvikset, kala, viini, kahvi sekä oliiviöljy.

Lisäravinteet

Omega-3 (erityisesti EPA) on tärkeää. Parantavia määriä on lähes mahdotonta saada pelkästään ruoasta. Foolihapon ja B12-vitamiinin puutosta esiintyy erityisesti melankolisessa masennuksessa, jossa mielihyvän kokeminen on vaikeaa. Magnesium, sinkki ja ilmeisesti myös D-vitamiini ovat hyödyksi masentuneelle, sillä näissä saattaa olla puutosta.

Lääkehoito

Jos tulehdusarvo CRP on koholla, tulehduslääke auttaa selvästi masennuksesta toipumisessa. Tämä arvo pitäisi siis tutkituttaa.

Luontaislääke

Mäkikuismaa on tutkittu paljon ja se on todettu tehokkaaksi. Sitä käytetään erityisesti saksankielisissä maissa.

Liikunta

Aerobisesta liikunnasta on saatu erinomaisia tuloksia. Riittävä määrä on kolmesti viikossa vähintään 30 minuuttia hikiliikuntaa, esim. juoksua, uintia tai pyöräilyä. Liikunta vähentää stressihormoni kortisolin eritymistä sekä tuottaa endorfiinia, joka lisää mielihyvää. Liikuntaa harrastavan keho reagoi stressihormoniin tehokkaammin: stressireaktio menee nopeammin ohi. Kestävyysliikunta tuottaa myös tiettyä alfa-proteiinia, joka suojelee aivoja stressin vaikutuksilta pilkkomalla tiettyä aminohappoa.

Myös puolen tunnin päivittä-

sellä kävelyllä on hyviä, pitkäaikaisia vaikutuksia masennukseen ja ahdistukseen. Vaikutus näkyi 10 päivässä.

Kopakkala esittelee vertailevan tutkimuksen 4 kk hoidosta. Vaihtoehdot olivat: 1. liikunta, 2. liikunta + masennuslääke ja 3. masennuslääke. Kaikki nämä auttoivat suunnilleen yhtä hyvin (60-69 % toipui), mutta vuoden päästä tuloksissa oli selvä ero: liikunta ilman lääkehoitoa auttoi parhaiten (90 %) verrattuna yhdistelmähoitoon (60 %) tai pelkkään lääkkeeseen (55 %). Neljän kuukauden lääkekuurista oli siis toipumiselle haittaa, joka näkyi vielä vuodenkin päästä!

Lisähuomio: se, että lääkekin kuitenkin auttoi – vaikka kirjan väite on siis se, että masennuslääkkeet ovat tehotomia – selittyi Kopakkalan mukaan kahdella asialla: lumevaikutuksella, joka antaa masentuneen hoidossa n. 40 % helpotuksen oireisiin, sekä sillä, että masennus paranee usein myös itsestään, ajan kanssa.

Liikunnan vaikutukset ahdistuksen hoidossa ovat positiivisia, mutta pienempiä kuin masennuksessa.

Suolistobakteerit

Suolistolla ja aivoilla on kiinteä toiminnallinen yhteys. Krooninen stressi vaikuttaa suolistoon ja sitä kautta aivoihin. Tutkimuksessa lactobacillus helveticus ja bifidobacterium longum –bakteereja syöneiden ahdistus, masennus ja stressi helpottivat ja myös keskittymiskyky parani. Stressihormoni kortisolin pitoisuus laski. Myös lactobacillus casei on kokeissa parantanut mielialaa.

Aikabiologiset hoidot

Aikabiologiset hoidot liittyvät kehon rytmisyyteen. Ne toimivat erityisen tehokkaasti sisäsyntyisessä masennuksessa, johon ei näytä liittyvän ulkoisia syyt, sekä silloin, kun masennukseen liittyy selviä mielialan vuorokausivaihteluita. Mutta ne toimivat myös kaikissa muissakin masennustyyppisissä, ja vaikutukset näkyvät nopeasti.

Aikabiologisia hoitoja käytetään masennuksen sairaalahoitossa hyvin tuloksin mm.

Yhdysvalloissa, Italiassa ja Saksassa. Yhdysvaltojen psykiatrien yhdistyksen katsauksessa v. 2005 kirkasvalohoidon todettiin olevan yhtä tehokasta kuin lääkkeet. Vaikutus tuntuu jo viikossa ja vahvistuu vähitellen.

Kirkasvalohoito tapahtuu näin: Ollaan 10 000 luksin valossa kirkasvalolampun lähellä 30 minuuttia aamuisin. Netistä löytyy MEQ-kyselykaavake, jonka avulla voi selvittää itselleen oikean, optimaalisen kellonajan. Kaavake sisältää 19 kysymystä liittyen omaan luonnolliseen vuorokausirytmiiin. Yleensä oikea aika on aikaisin aamulla, esim. klo 6.30 tai klo 7. Jos ajankohta ei ole oikea, tehosta tippuu puolet pois.

Unideprivaatiohoitoja eli valvomista käytetään yhdistettynä kirkasvalohoitoon, tyypillisesti näin: herätään yöllä klo 1 ja valvotaan putkeen koko seuraava päivä. Toistetaan 1-3 krt/vko 1-3 viikon ajan. Jatkossa kirkasvalohoito aamuisin ylläpitohoitona. Tämä ehkä jollain tavalla resetoit ihmisen kovalevyn?

Melatoninilla voidaan aikais-taa uni-valve-rytmiä, jolle on monesti tarvetta. Pieni annos (0,2 mg) otetaan joitain tunteja ennen pimeän tuleamista.

Kopakkala itse käyttää potilailleen unideprivaatiota, yleensä yhden kerran, jonka jälkeen aloitetaan MEQ-kaavakkeella määriteltävään aikaan aamuisin kirkasvalohoito. Tähän hän yhdistää vielä – hyvin tuloksin! – neuvonnan itsehoitoon (ks. tämä lista), säännöllisen kontaktin psykologiin/lääkäriin ja vertaisryhmätyyppisiä tapaamisia.

Terapia ja sosiaalinen tuki

Tutkimusten mukaan kaikki terapiamuodot toimivat hyvin, jos terapeutti on asiakkaalle sopiva. Vaikuttavuuden kannalta on tärkeää, että terapeutti uskoo itse terapiansa tehokkuuteen ja että potilaan ja terapeutin suhde on toimiva. Masennus on kokijalleen kärsimys, mutta terapian avulla se voi tulla myös henkisesti rikastuttavaksi kokemukseksi. Masentunut löytää silloin kokemukselleen merkityksen ja voi jäsentää sen osaksi elämänsä. Terapia tukee ihmisen

aktiivisuutta ja itsemääräämisen kokemusta elämässä, kun taas lääkehoito tekee ihmisestä passiivisen, vaikutuksia odottavan kohteen.

Ekspressiivinen kirjoittaminen

Kyse on omaehtaisesta, tunnepohjaisesta kirjoittamisesta, jossa ilmaistaan mielessä olevia asioita ja käsitellään tunteita ja ajatuksia. Jo 20 min. kirjoittamisella neljänä päivänä peräkkäin on kuukausia kestävä positiivinen vaikutus. Vaikutus näkyy kehon vastustuskyvyyssä, masennus- ja ahdistusoireiden vähenemisenä sekä sairauspoissaolojen ja lääkärissäkäyntien vähenemisenä.

On hyvä, jos tapahtumasta, josta kirjoitetaan, on kuullut jo jonkin aikaa. Kirjoittamisen ei tule olla ahdistavaa eikä repivää. Kirjoittamispaikan ja -tilanteen tulisi olla turvallinen. Miehet ovat hyötynneet menetelmästä naisia enemmän.

Mindfulness

Kyse on ”tietoisesta läsnäolosta, joka syntyy, kun suuntaa huomionsa tieteen tahtoon ja ilman arvostelua asioihin sellaisina kuin ne ovat”. Ydintaito on siirtyä tekemisestä olemiseen, mielentilaan, jossa tunteita, ajatuksia ja tuntemuksia ei arvoteta myönteisiksi eikä kielteisiksi, eikä niistä pyritä pääsemään eroon. Tutustutaan kielteisiin mielensisältöihin pitämällä niitä lempeästi tietoisuudessa välttelyn tai vatvomisen sijasta.

Mindfulnessista on kehitetty

Vertaistuki

Vertaistuki on omaehtoista, vastavuoroista kokemusten vaihtoa toisten masentuneiden kanssa. Voidaan toteuttaa pari- tai ryhmämuotoisena ja esim. puhelimen tai internetin välityksellä. Masennusoireet vähenevät enemmän kuin vain muuta tavallista hoitoa



saa-malla. Se on siis toimivaa osana muuta hoitoa.

Läheiset ja verkosto

Perheterapiassa avataan lukkiutunutta vuorovaikutusta ja löydetään ymmärrystä ja uusia tapoja toimia läheisissä suhteissa. Verkostoterapiassa (perhe, koulu/työkaverit, ystävät) rohkaistaan asiakkaan elämänpäi-riin kuuluvia ihmisiä käyttämään ymmärrystään ja voimavarojaan asiakkaan hyväksi. Vaikka masentunut on ensisijaisesti itse vastuussa paranemisestaan, läheisten suhtautuminen on usein ratkaisevaa toipumiselle.

Lyhyestä virsi kaunis



Lammille uusiutunut päihdehoitokeskus

Suomessa on ajettu kuntien kuntouttava ja ensijaisesti päihdehoitoon lähtävään elämään tähtäävä hoito alas säästösyistä. Samaan aikaan päihdehoitoon johtuvat ongelmat ovat lisääntyneet ja hoitoon pääseminen on vaikeutunut. Tämä näkyy mm. lastensuojelun tarpeen kasvamisena ja perheiden pahoinvoinnin lisääntymisenä. Tähän tarpeeseen on perustettu uusi Minnesota-mallinen hoitolaitos, Maivita Oy.

Hoitokeskus sijaitsee Lammin Mainiemessä. Kristiina Niskanen, hoitotyöstä vastaava terapeutti, (psykoterapeutti, SH) omaa 10 vuoden kokemuksen päihdehoitotyöstä. Hoitotyötä tekevänä ja uusien työntekijöiden kouluttajana toimii Harri Nyman, jolla on yli 12 vuoden kokemus



päihdehoitotyöstä. Nyman on saanut auttaa satoja päihderiippuvaisia ja heidän perheitään uuden elämän alkuun.

Maivitasta tekee monipuolisen aktiivinen yhteistyö mm. lastensuojelun toimijan kanssa, joka on mukana päivittäisessä toiminnassa. Yhteistyötä tehdään myös avohoittoa tarjoavien yksiköiden kanssa. Yhteistyössä on mukana myös psykiatrian osaajia, sekä yksilöterapiata antavia. Hoidon vastaavana lääkärimä toimii Juh Nummenmaa, jonka lääkäriasema sijaitsee hoitolaitoksen alueella.

Audi Q-perheen uudet kasvat

Audi Q8 yhdistää nelioivisen luksus-coupen eleganssin suuren SUV-mallin käytännölliseen monipuolisuuteen. Kattava varustelu, liitettävyysspalvelut ja valmius off-road-ajoon tekevät siitä luotettavan kumppanin sekä bisnes- että vapaa-ajankäyttöön. Audi Q8 lanseerataan Euroopan markkinoille vuoden 2018 kolmannella neljänneksellä.

Audi Q8 erottuu merkin muista SUV-malleista urheilullisella dynamiikallaan ja luksusolemuksellaan. Audi Q7-sisämalliin verrattuna SUV-coupe on leveämpi, lyhyempi ja matalampi: Q8 on 4,99 metriä pitkä, 2 metriä le-



veä ja 1,71 metriä korkea. Auton akseliväli on lähes kolme metriä ja se on sisätiloiltaan pidempi ja korkeampi kuin sen suorat kilpailijat. Kolmiosaisessa takaisännässä on säätömahdollisuus pituussuunnassa. Selkänojat taitettuna tavaratilan koko on jopa 1755 litraa.

CamelBak Chute® Mag kulkee mukana

Suomalaiset juovat nykyisin enemmän vettä kuin koskaan aikaisemmin. Tämä on hyvä asia hyvinvointimme kannalta. Jo prosentin vaje nestetasapainossa alentaa selvästi niin fyysistä kuin henkistä suorituskykyämme. Rutiinomaiset tehtävät muuttuvat haasteiksi, kun elimistömme nestetasapaino järkkyy.

On hyvä, että juomme enemmän, mutta voimmeko me juoda väärin? Kyllä voimme. Suomessa on maailman paras hanavesi. Tästä kylmänkirkkaasta tosiasista huolimatta käytämme pullovettä, joka pullojetaan ja kuljetaan pitkiäkin matkojen päästä meille kulutettavaksi. Suomessa vuosittain henkilöä kohti kulutettu pulloveden määrä, alle 20 litraa, on kansainvälisessä mitta-

on muotoiltu siten, että se sopii polkupyörän pullotelineeseen ja kaikkien automerkkien mukiteluineisiin. Pulloa on mukava kuljettaa korkkiin integroidusta kantolokista.

CamelBak valmistaa kaikki CamelBak Chute® Mag -juomapullot BPA-vapaasta materiaalista, tritaanista, joten CamelBak Chute® Mag -pullo on laadultaan korkealaatuinen suomalainen hanavesi maistuu raikkaalta vedeltä. CamelBak Chute® Mag -juomapulloa löytyy useissa eri väreissä ja neljässä eri koossa. Koot ja maahantuojan suositushinnat ovat: 0,6 l (19,90 e), 0,75 l (22,90 e), 1 l (24,90 e) ja 1,5 l (26,90 e).

Kellogg'sin uudet luomumurot

Kellogg's lanseeraa uuden tuotevalikoiman, joka tuo terveellisiä, luonnollisia ja ravitsevia ruokavaihtoehtoja koko perheen aamiaispöytään. Viisi uutuustuotetta on jaettu kolmeen eri kategoriaan: luomutuotteisiin, tuotteisiin ilman lisättyä sokeria sekä superfood-tuotteisiin.

Uusi tuotepere kantaa brändin perustajan, W.K. Kellogg'n nimeä, ja saa samalla täysin uuden pakkausilmeen. Tutut klassikkotuotteet sen sijaan säilyttävät perinteisen muotonsa.

Kellogg'sin uuteen tuotepereeseen kuuluu luomutuotesyvävehnästä valmistetut murot, jotka on suklaatäyteläisiä, sekä neljä erilaista myslivaihtoehtoa: kookos-cashew ja aprikoosikurpitsansiemen ilman lisättyä sokeria sekä superfood-mysli karpalolla ja pellavansiemenillä sekä sultaanirusinoilla ja chia-siemenillä.

Kaikki uutuustuotteet sopivat kasvissyöjille, ja suurin osa myös vegaaneille. Mausta ei ole tingitty vähemmästä sokerista ja suolasta huolimatta, eivätkä tuotteet sisällä keinotekoisia makeutusaineita. Kellogg'sin uutuustuotteet löytävät hyvin varustelluista päivittäistavaramyymälöistä kautta maan.



Toyota Camry tekee paluun

Toyota esittelee 14 vuoden poisolun jälkeen Camryn läntisen Euroopan markkinoille voidakseen tarjota asiakkailleen täysin uuden mallin D/E-segmentissä.

Uusi Camry on varustettu neljännen sukupolven itselataavalla hybriditekniikalla ja laajentaa siten Toyotan Euroopan malliston hybridimallien lukumäärän kahdeksaan. Uusi 2,5-litraiseen bensiinimoottoriin perustuva hy-

briditekniikka yhdistää polttoainetaloudellisuuden, pienet päästöt sekä jouhean tehon erittäin miellyttävään kokonaisuuteen.

Täysin uusi Toyota Camry Hybrid saapuu läntiseen Eurooppaan vuoden 2019 alussa.



Tutkimus: suomalainen somekansa vähät välittää turvallisuussuosituksista

Sosiaalisen median käyttäjiä varoitellaan usein julkaisemasta lomaltaan kuvia, joista paljastuu, että asukkaat ovat poissa kotoa. Tuoreen tutkimuksen mukaan kuitenkin joka neljäs suomalainen julkaisee lomakuviaan esimerkiksi Facebookissa tai Instagramissa, vaikka koti on tyhjiällä.

Asuntomurron ehkäisemiseksi on syytä harkita, kuinka avoimesti mainostaa lomaansa sosiaalisessa mediassa – erityisesti, jos sometiin yksityisyysasetukset sallivat kuvien leviämisen laajalle joukolle. Turvayhtiö Verisure kysyi lomakäyttäjistä yli 1500 suomalaiselta ja kysely paljastaa, että neuvosta huolimatta joka neljäs, eli 26 prosenttia aikuisista julkaisee lomakuvia matkansa aikana, vaikka koti on tyhjiällä. Nuoret 18–29-vuotiaat ovat erityisen innokkaita kertomaan lomastaan reaaliaikaisesti, sillä heistä jopa puolet kertoo lomastaan somessa.

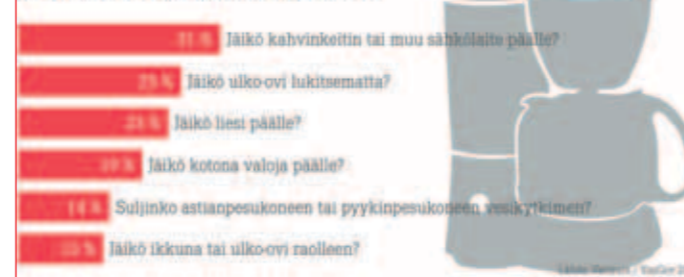
– Ammattimaiset murtovarkaavat saattavat käyttää sosiaalisen median kanavia hyödykseen selvittääkseen sopivia kohteita. Siksi on hyvä kiinnittää huomiota siihen, kuinka laajalle kansalle lomastaan huutelee, sanoo Verisuren turvallisuusasiantuntija Tommi Heinimo.

Tutkimuksen toteutti Verisuren toimeksiannosta YouGov Finland. Tiedot kerättiin web-kyselyynä 9.4.–12.4.2018 YouGovin kullattajapaneelissa. Kyselyyn vastasi 1513 suomalaista ja lähtötois muodostettiin ja lopullinen vastaajajoukko painotettiin suomalaista aikuisväestöä edustavaksi iän, sukupuolen ja asuinpaikan mukaan.

FAKTA: Näitä turvatoimia suomalaiset tekevät ennen lomalle lähtöä

- 58 % sulkee astianpesukoneen ja pyykinpesukoneen vesikytkimet.
- 56 % irrottaa sähkölaitteiden töpselit pois seinästä.
- 37 % pyytää jotakuta katsomaan kodin perään aika ajoin.
- 37 % jättää kodin avaimet luotetulle henkilölle.
- 32 % pyytää jotakuta keräämään postit tai pitämään pihan asutun näköisenä.
- 13 % piilottaa tai vie turvaan arvoesineet (esim. korut, käteisen).
- 13 % jättää valoja päälle tai ajastaa valot/radion/television menemään päälle aika ajoin.
- 11 % kytkee hälytysjärjestelmän päälle.

Et ole ainut! Näistä kodin turvatoimista suomalaiset stressaavat lomalla



EKSAKTI-RAKENNE OY
Patomäentie 48, 15610 Lahti

- Rakennamme omakoti- ja rivitalot
- Avaimet käteen palvelu
- Remontit ja saneerukset
- Rakennuspuusepän työt
- Kalusteasennukset
- Märkätila rakentaminen

Teemme kaikki rakennustyöt laadukkaasti, hyvällä viimeistelyllä. Tavoitteenamme on tyytyväinen asiakas.

KYSY TARJOUSTAMME

0400 887 331, kari.kankkunen@er.inet



ASIANAJOTOIMISTO

Keskustori 1, 33100 Tampere
puh.03-2730145, fax. 03-2730140,
E-mail: hytti@jarihytti.fi, Web: www.jarihytti.fi



SEAT ARONA

pirteä pikku-SUV

Kimmo Janas

Viime marraskuussa Suomeen rantautunut Seat Arona jatkaa Atecan aloittamaa SUV-mallien esiinmarssia malliston laajentuessa yhä suosittuun kompaktien SUV-mallien luokkaan.

Vieraillessamme viime kesänä Seatin Martorellin tehtaalla siellä vasta asennettiin uutta tuotantolinjaa, mutta tänä päivänä tehdas jo suoltaa uutta Aronaa maailmalle täyttä vauhtia.

Tarjolla on kolme TSI-bensiinimootoria (95, 115 ja 150 hv) ja kaksi TDI-dieselmootoria (95 ja 115 hv) sekä 90-heppainen TGI maa-/biokaasumootori. Moottorista riippuen vaihteistona 5- tai 6-pykäläinen manuaali tai 7-vaihteinen DSG-automaatti. Meillä tässä 115-hevosvoimainen

TSI-bensiini 7-vaihteisella DSG-automaatilla.

Uusi Seat Arona on 4138 mm pitkä ja 1780 mm leveä, akseliväli on 2566 mm. Juuri kompakti koko tekee Aronasta mukavan pyöriteltävän kaupunkiliikenteessä. Eikä Arona jää jalkoihin SUV-mallien luokkaan.



▲ Tyylikäs muotoilu saa Aronan näyttämään jopa kokoaan isommalta.

mootoritehnopeuksissaan...

Aronassa on paljon yhteistä Seatin viimeisimpien mallien muotokielen kanssa, mutta se on silti selvästi omanlaisensa - varsinkin meillä ajossa olleen version oranssi väritys yhdistettynä mustaan kattoon tekee autosta ensität herkullisemmän näköisen.

Ja muotoilu on huomioitu

◀ ▶ Sisätilat ovat todella asialliset, tässä versiossa mm. alcantara-istuimet.



▲ Aronan tavaratila on 400 litraa eli sinne mahtuu pari kapsäkkiä mukavasti.



▲ Aronan varusteisiin kuuluu myös kännykän langaton latausmahdollisuus.

paremmissakin piireissä, sillä Arona palkittiin tuotemuotoilun 2018 Red Dot Best Product Design -palkinnolla. Erityisesti kompaktit mitat ja dynaaminen käytös saivat kiitosta tuomaristossa.

Varusteluvaihtoehtoja löytyy neljä: Reference, Style, Xcellence sekä tämä meidän FR (urheilullisuutta kaipaavalle kuskille...). Vakiona löytyy kattava valikoima kuljettajaa avustavia järjestelmiä, mm. Front Assist -ympäristönvalvontajärjestelmä ja Media System Touch 5" kosketusnäyttöllä.

▼ Tarjolla on kaksi diesel- ja kolme bensamootoria, meillä 115-heppainen TSI.



MEILLÄ PALVELU PELAA!

RENKAAT, VANTEET,
ASENNUKSET,
PYÖRÄNSUUNTAUKSET,
RENGASHOTELLI



Arvoisesi pyörä
mittatilaustyönä.

CHEBICI

www.chebici.fi • p. 09 286 559
Vanha Yhdystie 2 • 04430 Järvenpää



KRISTILLINEN MIESTENLEHTI TOSIMIES



6 NUMEROA VUODESSA
VAIN 35 €
TILAA HETI!
www.tosimies-lehti.fi